Med
696

# Wilhelm Cadogan
d. A. K. Dr.

# Abhandlung von der Gicht

und allen

## langwierigen Krankheiten

als Folgen
von einerley Ursachen betrachtet,
nebst einem

## Vorschlag zu ihrer Heilung.

Aus der englischen zehnten Ausgabe
übersetzt.

EIGENTHUM DER STADT AUGSBURG

Frankfurt und Leipzig
bey Christian Gottlieb Hertel,
1772.

# Vorerinnerung
## zu der deutschen Ausgabe.

Der Beyfall, mit welchem man gegenwärtige Schrift in Engelland aufgenommen hat, ist so groß, daß binnen sechs Monaten zehn Auflagen davon gemacht worden, von welchen einige vier bis fünf tausend Stück stark gewesen. Dieser Umstand entscheidet

zwar nicht den Werth dieses Buches vollkommen, empfiehlt es aber doch immer auch der vorzüglichen Aufmerksamkeit des deutschen Publikums, und dieses um desto mehr, da jeder unserer Leser die darinnen vorgeschlagene Methode, sich vor der Gicht, Podagra und vielen andern Krankheiten zu verwahren, völlig in seiner Gewalt hat, und nie sich durch solche schaden wird. — Eine Sache, die er leider bey sehr vielen andern so hoch angepriesenen Mitteln noch immer zu befürchten hat.

Vorre-

# Vorrede.

Eine gute Gesundheit geniessen, ist weit besser, als eine Welt beherrschen, sagt ein berühmter und erfahrner Weltweise (St. Evremont): welcher den Gebrauch und den Werth dieses Lebens und der Gesundheit weit besser als andere Menschen schätzen konnte. Als ein aus seinem Vaterlande Vertriebener, bey einem geringen Einkommen, und bey einer schwachen Leibesbeschaffenheit machte er sein ungewöhnlich langes Leben zu einer Reihe von vernünftigen Vergnügungen, und war, was noch weit mehr ist, auf eine ununterbrochene Art glücklich. Allein, so viel ich bemerken kann, ist er auch beynahe der einzige, der auf diese Art gelebet hat. Die meisten Menschen scheinen mir weder auf die Gesundheit, noch das

Leben aufmerksam genug zu seyn, bis es endlich zu spät ist, den Nutzen ihrer Ueberzeugung einzuernten, so, daß die Gesundheit, wie die Zeit, uns nur alsdenn erst schätzbar wird, wenn wir sie verlohren, und wenn wir nur noch mit Verdruß auf sie zurück sehen, und ihren Verlust bedauren können.

Daß Menschen von guter Gesundheit, daß junge und muntere Leute auf der Bahn ihres Lebens diese Gesundheit vernachläßigen oder mißbrauchen, und nicht die Warnungen anderer anhören wollen, ist kein groß Wunder, aber desto sonderbarer ist es, daß die Menschen überhaupt, um ihre Gesundheit zu verbessern und zu befestigen, in einem beständigen Kreise von fruchtlosen Versuchen herum irren, und sich verführen lassen. Nicht der unwissende Pöbel allein, sondern auch sogar verständige, kluge, gelehrte und auch in andern Dingen nicht unerfahrne Männer sind in dieser

Sa-

Sache eben so blind, und hören nicht auf, mit eben der eitlen Hofnung, nach öfters wiederholten und fehlgeschlagenen Versuchen, die vielen tausend unnützen Künste und betrüglichen Mittel der Pfuscher und Quacksalber zu gebrauchen, ohne jemals die Augen aufzuheben, und einen Blick in das Buch der Natur zu thun, so offen es auch für einen jeden zum Durchlesen, zur Ueberzeugung und zu seinem Nutzen da liegt.

Einige unverdrossene Männer, welche sich einbildeten, daß das schätzbare tief verborgen liegen müsse, stürzten sich mit dem grösten Feuer in den unermeßlichen Abgrund der alten griechischen, römischen und arabischen Gelehrsamkeit, in Hofnung, gute Gesundheits-Regeln und sichere Mittel für Krankheiten darinnen anzutreffen. Allein was haben sie nach dem Durchwühlen dieses unendlichen Haufens von Wust darinnen endlich gefunden? Nichts weiter, als daß

einige von den Alten sehr sinnreich an falschen Muthmaßungen in der Naturkunde gewesen sind. Denn ihre gröste Stärke bestand dazumal im muthmaßen und rathen. Sie studierten niemals die Natur-Wissenschaft nur im geringsten, stellten keine Versuche an, und hatten deswegen auch gar keine Kenntnisse davon, sondern ein jeder folgte oder bestritt des andern Meinung. Schule gegen Schule, Secte gegen Secte lagen wider einander unaufhörlich zu Felde. In der Arzneykunst viel Wissenschaft zu besitzen, war für sie ohnmöglich; denn vor der von unserm verewigten Harvey gemachten Entdeckung des Umlaufs des Bluts konnte gar keine Physiologie, keine Kenntniß weder von dem innern Baue, noch von der Bewegung eines jeden Theiles im Körper vorhanden seyn. Vor den mit Recht gerühmten Asellius und Peqvet konnte man sich keinen Begriff von der Verdauung machen; viel weniger wuste man, auf was für Art sich

unsre

unsre Speise in Blut verwandelte, ob sie ins Geblüte gienge oder nicht, oder was sonst daraus würde. Nun aber, seitdem uns diese Kenntnisse vorleuchten, müssen alle die alten Muthmaßungen, Vernunftschlüsse und Begriffe wie die Morgen-Wolken vor der Sonne verschwinden. Ueber dieses haben wir in itzigen Zeiten Krankheiten, von welchen die Alten nichts wusten, auch haben wir nicht alle die ihrigen. Unter den wenigen Entdeckungen in der Arzneykunst, die von ihnen herstammen, sind auch nur wenige brauchbar, und diese sind mit Beyhülfe der neuern chymischen Handgriffe die vornehmste Grundlage zur heutigen Quacksalberey. Solchergestalt haben sich Leute von grosser Gelehrsamkeit, wenn man anders die Wissenschaft von alten Irrthümern so nennen kann, weit von der Wahrheit entfernt, welche doch in allgemeinnützigen und nothwendigen Dingen, vornehmlich aber in solchen, welche die menschliche Gesundheit

betreffen, fast durchgehends nicht tief versteckt liegen.

Es hat jederzeit der Arzneykunst und jedem redlichen Manne, der sich mit ihr beschäftiget, zum Nachtheile und zur Beschimpfung gereicht, daß die Erwartungen der Menschen durch unwissende, stolze, habsüchtige und verschlagene Personen zu sehr erhoben worden sind, so, daß man weit mehr von ihr gehoft hat, als sie jemals geleistet, oder leisten kann. Einige Ruhe und Erleichterung kann man in den meisten langwierigen Krankheiten erlangen, eine wirkliche Heilung aber, wie ich fürchte, nur in sehr wenigen, wo man solche blos von der Kunst erwartet. Der erfahrne und redliche Arzt aber wird, (wofern er nicht zu spät herbey gerufen, oder zu früh entlassen worden, welches gemeiniglich der Fall ist,) diese Zwischen-Zeiten der Ruhe anwenden, die Kräfte des Lebens und der Natur dazu zu bringen, daß sie vor sich selbst wirken;

und indem er unvermerkt die Zahl der Arzneyen vermindert, und sorgfältig über des Kranken ganzes Verhalten wachet, so überzeugt er ihn von der Nothwendigkeit einer guten Diät, und bestärkt ihn in der Ausübung ihrer Regeln so sehr, daß hierdurch seine Gesundheit sein ganzes Leben hindurch nothwendig befestiget werden muß.

Vielleicht würden die Menschen, wenn sie von den wahren Ursachen ihrer Krankheiten besser unterrichtet wären, in ihren Forderungen weniger unvernünftig seyn, sie würden lernen, mit der Erleichterung ihres Zustandes, welchen ihnen die Arzneykunst auf einige Zeit verschaffet, zufrieden zu seyn, und sich mit Gelassenheit demjenigen Plane des Lebens unterwerfen, welcher sie allein zu einer dauerhaften Gesundheit führt, und sie auch darinnen erhält. Mit diesen Gesinnungen, die Aufmerksamkeit der Menschen auf ihre eigene Wohlfahrt zu len-

ken, und sie von der eitlen und nichtigen Erwartung einer eingebildeten Hülfe zu entfernen, auch von den listigen und künstlichen Verführungen ab, und zu dem Wesentlichen in der Natur zu führen, habe ich es gewagt, folgende Abhandlung bekannt zu machen. Ich bitte hieben den Leser, sie für das, was sie wirklich ist, nemlich für einen in der Eile verfertigten Auszug eines weit grössern Werkes, anzusehen, in welchem ich alle langwierigen Krankheiten abhandeln wollte, wovon ich aber hier nur die Abhandlung von der Gicht als ein Beyspiel aller übrigen liefere. Wenn dasjenige, was ich hier gesagt, einer fernern Erläuterung oder eines deutlichern Beweisses nöthig zu haben scheint, so bitte ich den Leser, diese Abhandlung nur als einen Entwurf zu betrachten, welcher ihm zu eigenen Gedanken und Betrachtungen Gelegenheit geben kann, meine Meinung nach seinem Gutbefinden zu verbessern, oder ganz zu verwerfen. Woll-

te er von dem, was ich bereits hier oder in der Abhandlung selbst gezeigt habe, auf die Gedanken gerathen, als ob ich dadurch der Praxis in der Medicin überhaupt Eintrag thun und Vorwürfe machen wollte, so kann ich versichern, daß dieses niemals meine Absicht gewesen ist. Ich wollte nur alle Quacksalber vom Aesculap an bis hieher entweder als unwissende Thoren, oder als vorsetzliche Betrüger vorstellen, welche, sie mögen nun auf dem Theater ausstehen, oder stolz in Carossen einher fahren, doch nur beständig Lügen vorbringen. Ich verehre die Arzneykunst, wenn solche redlich und aufrichtig ausgeübt wird, als die vornehmste und wichtigste Beschäftigung, weil sie die allernutzbareste, nützlichste, weitläuftigste und ausgebreitetste Kenntniß der Natur in sich begreift. Ich halte einen wahren Arzt für die würdigste Person auf der Welt, wodurch ich aber nicht einen jeden Doctor, der nur Guineen nimmt, sondern einen solchen

ver-

verstehe, der weder dem Grossen schmeichelt, noch den Geringsten hintergeht, und dem die Freude, einen schwachen und kraftlosen Menschen gesund gemacht zu haben, weit kostbarer ist, als alle Schätze eines Radcliff, oder das Ansehn und der Ruf eines Ward. Allein es ist itzo ein übler Geist der Quacksalberey ausgegangen, und hat sich über alle Stände der Menschen verbreitet. Ich wünschte, wenn es möglich wäre, mit diesen zugleich, jeden Dämon des Aberglaubens, des Betrugs und des Irrthums zu verdrängen, und der Welt die Wahrheit und ihre natürliche Gestalt wieder zu geben.

# Abhandlung von der Gicht und allen chronischen Krankheiten.

So gewöhnlich es auch unter den Menschen ist, daß sie sich über die Beschwehrlichkeiten dieses Lebens, die sie empfinden, als über ein unvermeidliches Loos der Menschheit beklagen; so würden sie doch, wenn sie nur einen Augenblick dieselben nach dem Lichte der Vernunft und der Weltweisheit betrachten wollten, finden, daß vielmehr ein

jeglicher Mensch der eigentliche Urheber seines Elends, wo nicht ganz, doch größtentheils, selbst sey. Was für Zweifel auch bey den moralischen Uebeln vorkommen, so haben wir doch die meisten natürlichen, (als Schwachheit des Körpers, Krankheit und Schmerzen, und die ganze Reihe von Beschwehrden, welche die Aerzte langwierige Krankheiten nennen) ohne allen Zweifel uns selbst, unsrer Nachläßigkeit, Ausschweifungen, oder fehlerhaftem Lebenswandel, oder auch unsern übel beherrschten Leidenschaften beyzumessen, die uns auf Abwege verleiten, und unsre Gemüthsruhe stöhren. Was vor Vorstellungen auch die Menschen von andern Ursachen, als zufälligen Erkältungen, oder besondern Umständen der Leibesbeschaffenheit, von der Schädlichkeit oder Unverdaulichkeit dieser und jener Speise u. s. w. haben mögen, so sind dieselben doch viel zu wenig und bey weiten nicht hinlänglich genug, Krankheiten zu erregen, welche gemeiniglich durch das ganze Leben hindurch dauren. Es muß

etwas

etwas mehr wesentliches, etwas mehr beständiges und dauerhaftes in unsern täglichen Gewohnheiten verborgen liegen, das solche eingewurzelte Krankheiten herfürbringt. Und wenn man auch gleich hierüber die Schriftsteller nachlieset, und die Arzneyverständige um Rath fraget, so wird man doch nichts weiter erfahren, als daß man sich erkältet habe, ob man schon nicht weiß, wie, oder auf welche Art es geschehen; oder daß unsre Beschwehrden von der Gicht, Schnupfen, der Galle, Nervenzufällen u. s. w. herrühren. Worte, die uns zwar beruhigen, mit denen aber doch kein rechter Begriff verknüpft ist, und die nur scheinen durch die Artigkeit und gute Lebensart der Aerzte Glauben und Beyfall gefunden zu haben, welche, indem sie von dem Patienten das Geld ziehen, viel zu bescheiden sind, ihnen die unangenehme Wahrheit zu sagen, daß es oft ihre eigne Schuld sey, wann sie sich übel befinden. Es möchte unsrer Bemühung wohl werth seyn, etwas weiter in dieser Sache nachzuforschen.

Dieses Unternehmen scheint für mich aufgehoben zu seyn; und ich werde es aufs redlichste bewerkstelligen.

Es ist schon lange meine Absicht gewesen, von den langwierigen Krankheiten überhaupt zu schreiben, weil ich mir schmeichelte, dem menschlichen Geschlechte etwas, so man gewiß noch nie gehabt hat, nämlich einige vernünftige Vorstellungen von diesen Krankheiten in die Hände zu liefern. Denn ich glaube, daß, wenn die wahren und ersten Ursachen derselben deutlich und klar für Augen gestellet werden, die Menschen in denselben sich nicht so sehr irren, und nicht, wie sie jetzt pflegen, die Schuld falschen und eingebildeten Ursachen zuschreiben, und sich daher auch nicht mehr falscher Mittel bedienen werden, noch glauben, daß die gewöhnliche Gesundheit des menschlichen Geschlechts durch eine jede Kleinigkeit verletzt werden könne, und daß die Kraft, sie zu heilen, nur bloß in etlichen Tropfen und Pulvern von verschiedener

dener Gattung verborgen liege. Verstünden sie überhaupt die Beschaffenheit und den Ursprung der langwierigen Krankheiten besser, so würden sie nicht so unvernünftig seyn, und sich einbilden, sie könnten nur nach eignem Belieben ungestraft in den Tag hineinleben, und ein oft wiederholtes Hülfsmittel von der Kunst erwarten. Kennten sie die Eigenschaften der Arzney, so würden sie gewahr werden, daß, wenn gleich durch solche schmerzliche Empfindungen gestillt, oder die Krankheit durch selbige auf einige Zeit gehoben worden, die Befestigung der Gesundheit doch eine ganz andre Sache sey, welche von andern Kräften und Grundsätzen abhängt. Das erstre kann und wird öfters durch die Arzney bewürket, das andre aber niemals. Daß ihre Vorstellung von der Arzneykunst thöricht und lächerlich ist, muß, wie ich glaube, einem jeden in die Augen leuchten, der bedenkt, daß die Arzneykunst mit mehr oder weniger Regelmäßigkeit nun über zwey tausend Jahr ausgeübt worden, und man doch bisher noch

kein einziges zuverläßiges Mittel für irgend eine Krankheit entdeckt hat. Sollte uns dieses nicht auf den Verdacht bringen, daß kein solches Mittel wirklich vorhanden sey? Wie kann aber dieses auch möglich seyn, da die verschiedenen Grade der nämlichen Krankheit auch verschiedene Mittel und Wege erfordern, sie zu heilen, und da diejenige Arzney, welche auf einer Seite Linderung verschaft, oder vielleicht gar hilft, auf der andern den Tod verursachen kann? Die Krankheiten werden nur durch die Befolgung eines gewissen Plans, durch eine sorgfältige Diät, und eine fortdaurende Bemühung geheilet, wenn sie heilbar sind, oder doch erleichtert und dem Schein nach gelindert, wenn sie es nicht sind. Arzneyverständige und Naturkundige werden am besten wissen, daß die Gesundheit durch Arzneymittel nicht wieder zu befestigen sey, weil die Wirkung dieser Mittel nur von kurzer Dauer ist, und der öftere Gebrauch derselben auch den stärksten Körpern schädlich und nachtheilig

lig wird. Wenn solche je noch wieder herzustellen ist, so muß es durch eine gelinde Erweckung der Leibeskräfte geschehen, welche von sich selbst wirken müssen, oder man muß suchen nach und nach immer mehr und mehr Kräfte durch eine gut gewählte Kost, und vor allen Dingen durch die Gemüthsruhe dem Körper mitzutheilen, dabey aber diejenige Lebensart, welche uns diese Krankheit anfänglich verursacht, gänzlich verlassen. Denn die Arzney wirkt hierbey nur sehr wenig. Daß dieses wahr sey, müssen diejenigen wissen, welche die Natur sowohl, als die Kunst kennen; und ich kann ohne Gefahr behaupten, daß, ob ich wohl gewiß glaube, die Gesundheit könne in vielen Fällen, welche nicht tödlich sind, wieder hergestellet werden, ich dennoch auch gewiß versichert bin, daß kein Schwacher und Kraftloser, er sey auch, wie er wolle, beschaffen, durch die Arzney allein zu einem gesunden Menschen könne gemacht werden. Schon die Anfänger müssen, wenn sie ein Gefühl von Men-

schenliebe besitzen, die arme thörichte Welt entweder auslachen, oder bedauren, daß sie so auf ein Gerathewohl sich meistentheils solchen ganz unwissenden Quacksalbern überläßt, die sich dergleichen ganz untrügliche Arzneymittel zu besitzen berühmen, welche doch in der Natur nicht anzutreffen sind. Das lächerlichste dabey ist, daß die Patienten sich öfters selbst so schämen zu gestehen, daß sie hintergangen worden, daß sie oft den Betrug noch befördern, indem sie Hülfe gehabt zu haben vorgeben, die sie doch niemals empfunden.

Ich habe zu diesem Werke einige Materialien gesammlet, welche ich zu ordnen willens bin, so bald als ich Zeit und Fleiß und Muße haben werde, es ernstlich vorzunehmen; und sollte diese Arbeit mir selbst einige Genüge leisten, so dürfte ich vielleicht einmal der Welt damit beschwehrlich fallen. Itzo halte ich es beynahe für eine Art von Pflicht und Aufforderung, etwas von der Gicht zu

reden, weil dieses Uebel einen beträchtlichen Theil von meinem Entwurfe ausmacht; und weil ich itzo so viele sehe, und noch von mehrern höre, welche nicht nur thörichterweise ihr Geld, sondern auch, wie ich glaube, die zukünftige Gesundheit ihres Lebens verlieren, indem sie durch Hülfe der Arzney solche wieder zu erlangen hoffen. Ich werde also zeigen, daß eine solche Hofnung bloß in der Einbildung besteht, und allen Begriffen von wahrer Philosophie und gesunder Vernunft widerspricht.

Ich will dahero aus meinem Hauptentwurfe einige Auszüge machen, welche hinlänglich sind, die wahren Ursachen aller langwierigen Krankheiten zu entdecken; welche, ob man sie gleich unendlich vermehrt, und sie von unzählichen Ursachen hergeleitet werden, doch in der That eben sowohl, als ihre ersten Ursachen, nicht zahlreich sind. Ich glaube, daß sie sich bequem auf folgende Drey bringen lassen: Gemächlichkeit, (indolence)

lence) Unmäßigkeit (intemperance) und Kummer (vexation).

Ich habe mir vorgesetzt, aus einer oder mehrern von diesen dreyen Ursachen alle, oder doch die meisten langwierigen Krankheiten herzuleiten. Denn verschiedene Krankheiten können einerley Ursachen haben, ihre Verschiedenheit aber kömmt aus den verschiedenen Graden der Stärke und Lebhaftigkeit der Körper; so, daß, was in einem die Gicht seyn würde, in dem andern der Schnupfen, Stein, Colik, die gelbe Sucht, Schlag u. s. w. hervorbringt. Die Gicht ist offenbar, und wie ich denke, nach jedermans Geständniß, ein Uebel von der besten Art, und kann daher füglich die übrigen alle hier vorstellen. Ich werde deswegen sie als ein solches voritzo betrachten, und von ihren Ursachen der Ordnung nach handeln: es wird aber vorher nöthig seyn, ein oder zwey Worte von der Gicht selbst zu sagen, ehe wir noch die Ursachen derselben untersuchen.

Die Gicht ist eine so allgemeine Krankheit, daß kaum ein Mensch in der Welt seyn wird, welcher nicht, er mag sie gehabt haben, oder nicht, ganz gewiß glauben sollte, er wisse vollkommen, was sie wäre. Auf diese Art glaubt eine Köchin das Feuer so gut zu kennen, als Isaac Neuton. Es scheint mir dahero unnöthig, mich anitzo ängstlich um eine Definition davon zu bemühen, und ich will dahero vielmehr sagen, was sie nach meiner Ueberzeugung nicht ist, wenn auch gleich meine Meinung der allgemeinen zuwider seyn sollte. Sie ist nicht erblich, sie ist nicht periodisch, und sie ist nicht unheilbar.

Wenn sie erblich wäre, so würde sie nothwendig der Vater auf den Sohn fortpflanzen, und kein Mensch, dessen Vater sie gehabt hätte, davon befreyet seyn. Dieses verhält sich aber nicht so, und man hat viele Beyspiele von dem Gegentheil. Dahero denn die Gicht nicht nothwendig erblich ist. Wenn sie aber der Vater hat, so ist auch der

Sohn

Sohn dazu geneigt. Dieses ist die Causa proegumena oder prædisponens, die vorbereitende Ursache, wie sie die Gelehrten nennen, welche für sich selbst niemals einige Wirkung hervorbringt. Soll dieses geschehen, so muß noch die causa procatarctica, oder die thätige und wirkende Ursache, das ist: unsere eigne Unmäßigkeit und verkehrte Lebensart darzu kommen. Und wie diese mehr oder weniger wirkt, so wird auch die Gicht stärker oder schwächer werden. Ohne Zweifel theilen uns unsre Eltern solche Leibesbeschaffenheiten mit, welche den ihrigen gleich kommen. Leben wir nun so, wie sie gelebt haben, so werden wir auch wahrscheinlicher Weise mit eben dergleichen Krankheiten geplagt werden. Dieses aber beweiset auf keine Art, daß sie erblich sind; sondern es rührt vielmehr von unserm eigenen Betragen her, wenn wir uns solche entweder zuziehen, oder davon befreyt bleiben.

Wenn die Gicht erblich wäre, so müßte sie sich in der ersten Kindheit und bey Weibs-

per-

personen zeigen, welches doch insgemein nicht geschieht. Man hat mir von einigen Frauenzimmern sagen wollen, daß sie solche gehabt hätten. Ich glaube aber, daß dieses niemals in ihrer Jugend, oder eher, bis sie selbst etwas dazu beygetragen haben, geschehen ist: denn die Weibspersonen können sowohl, als das männliche Geschlecht, eine gute Leibesbeschaffenheit mißbrauchen. Gleicherweise habe ich auch von ein oder zwey Knaben gehört, die unter einer unzähligen Menge die Gicht oder etwas ihr ähnliches gehabt haben; Man hat aber diesen Knaben gestattet, frühzeitig Wein zu trinken, und sie sind auch sonst auf alle Art und Weise sehr nachläßig und nicht den Regeln der Gesundheit gemäß erzogen worden.

Diejenigen, welche behaupten, daß die Gicht erblich sey, weil sie glauben, daß sie zuweilen eine erbliche Gicht gesehen, schliessen sehr unbündig. Denn wenn wir die Anzahl der Kinder und Weibspersonen, welche

sie nicht haben, nebst allen den muntern und mäßigen Mannspersonen berechnen, die gänzlich davon befreyt leben, ob sie gleich von Eltern, die die Gicht hatten, herstammen, so wird man allemahl wenigstens hundert Beyspiele gegen eins wider diese Meinung anführen können. Und gewiß, ich habe bey allen diesen Beweisen ein grösseres Recht zu behaupten, daß sie nicht erblich sey, als meine Gegner mit ihren wenigen Beyspielen, daß sie es sey, denn warum behaupten sie wohl, daß diese Krankheit auf die Kinder fortgepflanzet werde, und wodurch beweisen sie es anders, als dadurch, weil sie oft erblich, doch aber öfterer nicht erblich, wahrgenommen wird? Kann man sich eine grössere Ungereimtheit vorstellen?

Einige Leute, welche unter ihren Bekannten die Bemerkung gemacht, daß Kinder, welche von podagrischen Eltern gezeugt worden, auch mit der Gicht, und oft noch sehr jung behaftet gewesen, ob sie gleich, wie man

sagt,

sagt, sehr ordentlich gelebt, schliessen daher nicht unrecht, daß das Uebel von den Eltern herrühren, und nothwendig in die Leibesbeschaffenheit dieser Kinder mit eingepflanzt seyn müsse. Wenn dieses wäre, so müßte sie auf immer unheilbar seyn, und die Sünden der Väter an den Kindern nicht nur bis ins dritte und vierte Glied, sondern bis ins unendliche hinaus heimgesucht werden. Krankheiten, wenn sie wirklich erblich sind, können, wie ich glaube, niemals weder durch Kunst, noch auf irgend eine andere Art geheilet werden, wie solches nur gar zu gewiß in den scrophulösen Zufällen, bey der Raserey, desgleichen in ansteckenden Krankheiten und bey Mißgeburten zu sehen ist. Es liegt aber der Fehler hier darinne, daß sie gar keinen richtigen Begriff von der Mäßigkeit haben *). Denn bey einigen Leuten ist ein höherer Grad der Mäßigkeit und eine strengere

*) Siehe das Capitel von der Unmäßigkeit.

gere Lebensordnung, als bey andern, wenn sie bey guter Gesundheit erhalten werden sollen, nöthig. Ich zweifle daher gar nicht, daß rechtschaffne Aerzte bey einer genauen Untersuchung derjenigen Lebensart, welche die Nachkommen von arthritischen Eltern führen, viele Fehler antreffen würden, welche sie hierinne begehen, und daß sie gar öfters wider die natürlichen Gesetze der Mäßigkeit sündigen, oder ihnen die Gemüthsruhe, oder die regelmäßige Bewegung des Körpers fehlt, welche eben so gut, als die Mäßigkeit selbst, nicht nur die Gicht abzuhalten, sondern auch die Gesundheit zu bewahren, erfordert werden. Und auf solche Weise wird man zuletzt wahrnehmen, daß solche Kinder mehr, als ihre Eltern, zu ihrer Gicht beygetragen haben.

Wenn die Gicht ein Uebel ist, das aus der Unverdaulichkeit des Magens entsteht, und woran wir also selbst Schuld sind, so schliessen wir sehr falsch, und ganz wider die Vernunft, wenn wir sagen, es sey erblich.

Denn

Denn es wird gewiß jedermann eben so wenig von der Unverdaulichkeit, als von der Unmäßigkeit, daß sie erblich sey, behaupten. Es giebt ganze Nationen von muntern und geschäftigen Leuten, welche die Wollust gar nicht kannten, und Jahrhunderte von der Gicht frey geblieben sind, denen aber nunmehr dieses Uebel von den Europäern durch den Wein und die starken Getränke mit zugeführet worden.

Will man die Gicht deswegen für erblich halten, weil sie durch keine Arzney völlig zu heilen ist, so müßte man auch von jeder andern langwierigen Krankheit also urtheilen, davon keine einzige auf so eine Art, durch Arzneymittel, geheilet werden kann, daß sie niemals wiederkommen sollte. Wo ist jemals ein Mensch gewesen, der einen Anfall von Schnupfen, Stein, Colik, u. s. w. gehabt, und wenn er auch durch die Kunst auf eine Zeitlang glücklich davon befreyet worden, denselben nicht noch einigemahl oder

wohl gar noch etwas ärgers an dessen Stelle, bekommen hätte: bis er endlich völlig kraftlos geworden, und lange vor der Zeit gestorben ist, wofern er nicht eine recht merkwürdige Veränderung in seiner Lebensart unternommen, und dadurch seine Gesundheit befestiget hat. Eben so ist es auch mit der Gicht beschaffen. Es kann ein Mensch einen Anfall davon bekommen, und durch Enthaltsamkeit, Geduld, Zeit und Natur, die rohe Schärfe, welche daran Schuld ist, dämpfen und wegschaffen, wodurch ihm dasmal geholfen wird; (welches durch die kluge Beyhülfe der Kunst noch weit eher und sichrer geschieht). Dem sey nun, wie ihm wolle, so erholet er sich doch, verfällt aber in ein paar Monaten wieder darein. Warum? Nicht weil in seinem Körper eine gichtartige Materie versteckt liegt, sondern weil er wieder die vorige Lebensart erwählte, welche das Uebel zuerst hervorbrachte, und es, so lange seine Lebenskräfte dauern, auch noch wieder beständig hervorbringen wird.

Die wahre Beschaffenheit hiervon ist, daß wir diese Krankheit zu allererst selbst erzeugen, sie aber immer wieder erneuren, und durch unsre eigne Schuld und Ausschweifungen je länger je mehr uns zuziehen, da wir uns denn hernach dadurch entschuldigen wollen, daß wir die Schuld auf unsre Eltern zurückwerfen, damit unsre Klagen desto rechtmäßiger seyn sollen. Wir machen es, wie die durch Müßiggang und Schwelgerey verdorbenen Banquerotierer; denn so wie diese immer Schaden und Unglück vorwenden: so entschuldigen wir uns auch, daß sie uns angeerbt worden.

Es ist natürlich, daß diejenigen, welche die Gicht für erblich halten, solche auch periodisch ansehn, gleichsam als ob etwas angebohrnes und angeerbtes in unserm Körper dieses Uebel zu gewissen Zeiten herfürbrächte. Allein dieses ist ein grosser Irrthum, denn, wenn sie periodisch wäre, so müßte sie allemahl ihre gewisse Zeiten halten.

Die einzige periodische Krankheit ist, so viel ich weiß, das Wechselfieber, welches, ehe es durch die Fieberrinde und andere das Fieber vertreibende Mittel gestört wird, eben so regelmäßig, als eine gute Uhr ist. Die Wiederkunft der Anfälle von der Gicht ist allezeit sehr ungewiß, und richtet sich nach der Menge und der Beschaffenheit der in uns gesammleten Unverdaulichkeiten des Magens, und dem Maaße unsrer Leibeskräfte.

Ich will mich nunmehr bemühen zu zeigen, daß die Gicht nicht unheilbar ist. Wenn man unter der Cur die Darreichung einer Pille, oder eines Pulvers, oder irgend einer andern Arzney versteht, so befürchte ich gar sehr, daß sie nicht nur für itzo, sondern auch inskünftige ewig unheilbar bleiben wird. Es ist solches schon längst von dem ersten Ursprunge der Arzneykunst an, bis auf diesen Tag, von dem ersten Quacksalber, bis auf die itzigen, oftmals vergebens versucht worden. Es ist dieses eine gleich beym ersten Anblick

in

in die Augen leuchtende Ungereimtheit, die einem jeden vernünftigen Menschen, der nur die geringste Einsicht in die Natur und Erkenntniß des menschlichen Körpers hat, nothwendig auffallen muß. Denn, wenn die Gicht eine nothwendige Wirkung der Unmäßigkeit ist, welches ich deutlich zu erweisen hoffe, so muß ein darwider dienliches Mittel von solcher Beschaffenheit seyn, daß es den Menschen vermögend macht, eine tägliche Schwelgerey sein ganzes Leben durch, ohne jemals von der Gicht oder andern Krankheiten beschwehrt zu werden, auszuhalten; das würde aber eben so viel seyn, als wenn man durch eine gegenwärtige Arzney die Wirkung einer zukünftigen Ursache heben und wegnehmen wollte. Auf diese Art könnte man eben sowohl eine Arzney geben, die da machte, daß einer nicht Hals und Beine in sieben Jahren bräche. Man sollte denken, daß das äusserste, was ein jeder verständiger Mensch von einer Medicin erwarten kann, darinnen bestehe, daß sie die Kraft habe, eine gegenwärtige Krank-

heit zu erleichtern und zu entfernen, ohne zu verlangen, daß sie auch den Leib vor allem zukünftigen Schaden völlig in Sicherheit stellete. Der Fehler liegt darinne; die Leute bilden sich ein, die Gicht sey eine Sache, welche gleichsam im Körper verborgen liege, und es könne solche, wenn sie einmal gehoben worden, nicht wiederkommen. Sie wissen aber nicht, daß es bloß die bis auf einen gewissen Grad von Tag zu Tage angehäuften Unreinigkeiten sind, welche so lange, als die Lebenskräfte dauren, beständig alle und jede Anfälle veranlassen; daß solche, wenn sie, als der Saamen derselben, nur einmal glücklich vorüber sind, bey dem Menschen eben so wenig von der Gicht eine Spur übrig lassen, als wenn solcher dieselbe zuvor niemals gehabt hätte; und daß er, wenn er sich dieselbe nicht aufs neue wieder zuzieht, solche ganz gewiß nimmermehr wieder bekommen wird. Dieses wird dadurch bewiesen, daß die Gicht oftmals durch eine Milch-Diät geheilet worden ist, die so lange, als sie dauerte, den Patien-

tienten davon befreyte. Allein diese Heilungs-Art kann ich deswegen nicht billigen, weil der Körper dadurch allzusehr erschlafft und kraftlos gemacht wird, und die Gesundheit und Lebhaftigkeit desselben nicht genugsam durch eine solche Nahrung unterstützt wird. Wiewohl ich aber nun die Gicht durch Arzneyen für unheilbar halte, so bin ich doch weit entfernt, sie ihrer Natur nach für unheilbar zu halten, so, daß ich vielmehr gewiß glaube, sie könne weit leichter und vollkommner, als beynahe eine andre langwierige Krankheit geheilet werden; und dieses ist wieder ein andrer starker Beweisgrund, daß solche nicht erblich ist. Mein Beweis ist, daß es ein Uebel ist, welchem die stärkste und beste Natur ausgesetzt ist, die sich selbst hilft, indem sie die rohen und schädlichen Feuchtigkeiten von den Eingeweiden und aus dem Geblüte in die äussern Theile auswirft, wo sie den Lebenskräften und der Gesundheit am wenigsten schädlich sind. Da nun diese Feuchtigkeiten nichts anders, als der

tägliche Anwachs von demjenigen sind, was der Magen nicht verdauen mag, so kann der Mensch, wenn er ohne die beständige Erzeugung einer solchen unverdaueten Schärfe leben kann, ganz ohnstreitig nicht allein von der Gicht, sondern auch von allen andern langwierigen Krankheiten ledig und frey bleiben. Und daß er wirklich auf diese Weise nicht nur ohne eine beständige Casteyung und Selbstverleugnung, sondern mit Ruhe und Gemächlichkeit in dem vollkommensten philosophischen Wohlleben sein Leben zubringen kann, werde ich, wie ich hoffe, so beweisen, daß ich allen nachdenkenden und verständigen Leuten eine Genüge leiste.

Ich habe bereits gesagt, daß übertriebne Gemächlichkeit, Schwelgerey, ingleichen Kummer, die Hauptursachen wo nicht aller, doch gewis der meisten unter uns herrschenden langwierigen Krankheiten sind: doch müssen, um allen Streit mit den Kunstverständigen zu vermeiden, einige Zufälle, denen die stärk-

stärksten und gesundesten Menschen am meisten unterworfen sind, und die Folgen übelgeendigter Fieber ausgenommen werden. Ich glaube aber, daß jedem vernünftigen Manne, der nur die geringste Einsicht in die Natur hat, die Wahrheit dieses Vortrags sehr einleuchtend und verständlich seyn werde, und daß jeder redliche Kranke alle seine Klagen von einer oder der andern dieser Ursachen herleiten kann. Es wird aber für diejenigen Menschen überhaupt einige Auslegung nöthig seyn, welche zu kurzsichtig sind, um etwas scharf genug zu bemerken, und entfernte Ursachen und Wirkungen wahrzunehmen. Denn wenn sie unpaß geworden, so gehen ihre Untersuchungen selten weiter, als daß es etwa eine Erkältung, oder Verderbung des Magens von gestern her ist, daher sie nicht selten ähnlichen und nichtsbedeutenden Ursachen Krankheiten zuschreiben, welche Lebenslang dauern. Eine ohngefähre Erkältung oder Ausschweifung, wenn sie nicht oft geschieht, kann keine so üblen Folgen nach sich

 ziehen.

ziehen, und Leute, die sonst gesund sind, und wieder ordentlich leben, werden in kurzer Zeit wieder davon befreyt. Es kömmt hier auf unsre Lebensart, und auf unsre täglichen Gewohnheiten an, denn, wenn solche wohl eingerichtet sind, so werden sie unsre Gesundheit befestigen, im Gegentheil aber uns auf unser ganzes Leben zu schwachen, und kraftlosen Menschen machen.

Leute, welchen die Wege der Natur in Hervorbringung und Erhaltung der lebendigen Geschöpfe unbekannt sind, und die ihre Forderungen in Ansehung einer weit hinaus reichenden Gesundheit und Munterkeit nicht wissen, haben sich recht wunderbare und gewiß sehr falsche Begriffe von denen Krankheiten überhaupt gemacht, und scheinen eine jede Krankheit für eine besondere Art eines Dinges oder Wesens zu halten, und glauben, daß für jede Gattung auch eine Arzney vorhanden sey, welche dieselbe ganz gewiß wegschaffen und heilen könne. Dieses macht sie

so neugierig, die Benennung oder den Nahmen ihrer Beschwehrden zu wissen, und wenn sie solchen wissen, so glauben sie, das Mittel dafür sey auch nicht weit entfernt. Elende Menschen! Ist nicht die Gicht von allen übrigen Krankheiten unterschieden genug? Wo ist aber das Arzney-Mittel? Gewiß nicht in der unvollkommenen Wissenschaft der verschreibenden Aerzte, oder in den Geheimnissen unwissender und verwegener Quacksalber. Auch glaubt man gemeiniglich, es sey ein grosser Unterschied der Leibesbeschaffenheiten, deren jede unumgänglich eine besondere Krankheit habe, und daß gewisse Zeitpunkte in unserm Leben vielerley Krankheiten erzeugen müssen, und daß es ohnmöglich sey, ohne Krankheiten von einer oder der andern Art alt zu werden. Für alle diese Meinungen ist gewiß kein einziger Grund in der Natur vorhanden, noch weniger ist ein wahrer Unterschied in der Leibesbeschaffenheit anzutreffen, ausser daß sie stark oder schwach seyn kann, welches aber mehr von unsern

Ge-

Gewohnheiten und Betragen, als von der Natur herrührt. Die Starken werden bey einer unordentlichen Lebensart schwächer, so wie die Schwachen bey einer guten und ordentlichen stärker werden. Die allerzärtesten Körper aber können aus eben dem Grunde so gesund, als die stärksten seyn, als ein Eichhörnchen so gesund, wie der Elephant, seyn kann. Es ist keine Krankheit zu einer gewissen Zeit im Leben besonders nothwendig, wiewohl der Uebergang von einem Alter zu dem andern bey denen Kranken und Schwachen eine Veränderung machen kann. Und es ist möglich, daß Leute, ohne irgend eine Krankheit zu haben, sehr alt werden; denn viele haben ihr Leben bey einer ununterbrochenen Gesundheit noch über hundert Jahr gebracht.

Es entstehen also alle unsre langwierigen Krankheiten nicht von den natürlichen Fehlern unsrer Leibesbeschaffenheit, sondern von dem Mißbrauche derselben. Das ist, von

der Gemächlichkeit und Faulheit, von der Unmäßigkeit, und von dem Kummer.

Laßt uns nun weiter fortfahren, zu untersuchen, was die eigentlichen Folgen von einer oder mehrern der Ursachen sey, welche täglich auf den Körper wirken; ob es nicht in Starken und Muntern die Gicht, in Schwachen aber der Schnupfen, Colik, Stein, Schlag u. s. w. oder eine oder alle der Nerven- und hysterischen Krankheiten seyn müssen. Wir wollen zuerst von der Trägheit (indolence) reden.

# Von
# der Trägheit.

Es scheint die Absicht der göttlichen Vorsehung gewesen zu seyn, daß alle Menschen, und zwar ein jeglicher für sich selbst, arbeiten sollten. Daß etliche reich genug sind, die Kräfte und Fertigkeiten des Leibes von andern zu erkaufen, ist ein Zufall, der blos gewissen Personen gemein ist, wobey die Sorgfalt der göttlichen Vorsehung keinen andern Antheil zu haben scheint, als daß sie diese Kräfte und Fertigkeiten ungleich ausgetheilt hat, wodurch geschäftige und feurige Seelen so hoch empor steigen, um eine gewisse Uebereinstimmung bey der Unterwürfigkeit zu erhalten, ohne welche niemals eine Gesellschaft bestehen kann. Die Reichen und Grossen haben diesen ersten natürlichen Grundsatz so sehr vergessen, daß sie alle körperliche Arbeit als eine ihrer Würde unanständige Sache aufgegeben, und entweder zu faul oder zu unachtsam sind, einige Bewegung an ih-

re

re Stelle zu setzen. Und so opfern sie ihre Gesundheit der Gemächlichkeit und Würde auf, sie geniessen bey weiten nicht diejenigen Vortheile, welche ihnen ihr Stand und Glück mittheilt, sondern sie sind in Ansehung des Glücks gar öfters weit unter den arbeitsamen und geringen Mann herabgesunken. Ich erinnere mich, ein kleines sehr sinnreiches Buch von dem Ursprunge des Uebels gelesen zu haben, in welchem die Arbeit für ein grosses Uebel gehalten wird. Der angenehme Schriftsteller muß ohnfehlbar eine allzustarke, und bis zur Ermüdung und Entkräftung des Leibes getriebene Arbeit verstehen; denn überhaupt betrachtet, ist solche der erste Grund zur menschlichen Wohlfahrt, und insbesondere zu der Glückseeligkeit, dem arbeitsamen selbst. Sollte wohl dieser Verfasser glauben, daß es für uns alle besser seyn würde, wenn die Erde ihre Früchte und Gaben freywillig, und zwar in einem solchen Ueberflusse, herfürbrächte, daß wir weiter nicht arbeiten, und uns mehr darum bemühen dürften, als beym

Athem-

Athemholen, und überhaupt weiter nichts zu thun nöthig hätten, als uns geruhig in der Sonne zu wärmen, und in beständigen Vergnügungen herum zu schwärmen? Wenn er es so meint, so kann ich ihm nicht beypflichten; denn bey einem solchen Zustande würde bald kein gesunder Mensch mehr auf der Welt seyn, und das ganze menschliche Geschlecht in kurzer Zeit untergehen. Gewiß, ich glaube, daß bey allen unsern unbilligen und unweisen Klagen auch der allerwitzigste Mensch nicht im Stande ist, das geringste Uebel aus der Natur wegzuschaffen, ohne zugleich alles Gute mit zu entfernen. Doch ich bitte wegen dieser kleinen Ausschweifung um Verzeihung, und kehre wieder zu meinem Vorhaben zurück. Ich glaube aber, der Verfasser wäre der Wahrheit näher gekommen, wenn er das Wort Faulheit an die Stelle der Arbeit gesetzt hätte, als welche die Quelle von vielem Uebel ist. Nichts untergräbt und schwächt den Grund zu unsrer Glückseeligkeit, nehmlich die Gesundheit und Stärke des Körpers

pers mehr, nichts verursacht eine solche Reihe von Krankheiten, als sie. Ich will aber die Art, wie solches geschieht, hier anzeigen.

Es sind die allerkleinsten, und beynahe unsichtbarsten Theilgen unsers Körpers, von welchen unsre Gesundheit, unsre Stärke und Munterkeit abhängt. Diese feinen Theilgen, welche insgemein die feinsten Aedergen (capillaries) genennt werden, sind kleine Canäle oder Röhrgen, die aus der Ausdehnung und Fortsetzung grösserer Blutgefäße entstehn, durch welche die feinsten Theilgen des Bluts beständig durchgehen müssen; nicht allein um diese sehr engen Canälgen immer frey und offen zu erhalten, sondern auch, damit die Bluttheilgen bey ihrem Durchgange verdünnet, aufgelößt, und zu ganz glatten, dünnen, runden Kügelgen zerrieben werden, welche sich allmählig immer mehr und mehr zertheilen, und so fein werden, daß man sie so gar durch die Vergrösserungsgläser nicht mehr bemerken kann, wodurch man den erstaunend

 geschwin-

geschwinden Umlauf des Geblütes mit den Augen wahrnimmt. Ich habe es selbst gesehen, und es wird auch ein jeder wißbegieriger und prüfender Liebhaber, mit Beyhülfe eines guten Vergrösserungsglases, in der durchsichtigen Haut eines jeden lebendigen Thieres diese wunderbare Verdünnung beobachten können. Er darf sich nur ein einzeln Gefäß zu dieser Bemerkung wählen, so wird er sehen, wie durch das kleinste blutrothe Gefässe, worunter viele so zart und dünne, als das feinste Haar sind, das Blut, nicht Strohmweise seinen Fortgang nimmt, sondern wie eine Anzahl kleine rothe dichte Kügelgen, immer eines das andre fortstossen, bis sie an das Ende, oder denjenigen Ort gelangen, wo sich das Gefässe wieder in zwey noch kleinere vertheilt. Hier steht das erste und vorderste Kügelgen ein wenig stille, prallt wieder an, wird wieder fortgestossen, bis es sich ganz zertheilet, seine Farbe verliert, und in die zum Blutwasser bestimmten kleinen Röhren tritt. Dieses wird auf eben diese

Art durch die Gefäße bewegt, bis es in die Lymphe, und diese wieder in noch feinere Feuchtigkeiten verfeinert wird, welche, wenn sie auf solche Weise zubereitet sind, zuletzt in eine unvermerkliche Dünne sich verlieren. Nun sind die Kräfte des Herzens und der Puls-Adern allein, zumahl bey einer ruhigen und stillsitzenden Lebensart auf keine Weise hinreichend, diese Bewegung zu unterhalten, und durch die kleinsten Aedergen fortzusetzen, sondern es wird auch der Beystand, und die vereinigten Kräfte der sämmtlichen Muskeln des Körpers hierzu erfordert, welche abwechselnd wirken, die Blut-Adern zusammendrücken, und hierdurch den Umlauf des ganzen Geblüts befördern, und beschleunigen müssen, damit die Canäle zusammengepreßt, und gereiniget, und also die Flüßigkeiten, welche durchhin gehen, zerrieben, gleichsam durchgesiebt, und gesäubert werden, hierdurch aber wird ein jedes Theilgen davon in ein vollkommen rundes Kügelgen gebildet, welche Gestalt alle materiellen Atomen durch die

viele Bewegung an sich nehmen müssen. Ohne diese ausserordentliche zufällige Hülfe der Muskeln würden die kleinen Gefässe, durch ihre natürliche spannende Kraft, in Fäsergen sich zusammenziehen, oder doch mit scharfen eckigten Theilgen verstopft werden, welche sodenn darinne sitzen bleiben, und alle Durchgänge versperren. Unzähliche langwierige Zufälle, vornehmlich Nervenkrankheiten rühren, vom ersten Anfange an, allein aus dieser Ursache her. So sehen wir, daß die meisten von denenjenigen Menschen, welche eine Zeitlang im Stande der Unthätigkeit gelebt haben, ausgezehrt und blaß aussehn, weil die kleinen Gefäßgen zusammengeschrumpft und vertrocknet sind. Wenn sie hingegen schlaffe Fibern, guten Appetit zum Essen und Trinken haben, und ohne Sorgen leben, so werden sie zwar fett werden, aber dennoch eine bleiche Farbe behalten, weil viele von diesen kleinen Canälen nichts destoweniger verstopft sind. Sie sehn daher aufgedunsten aus, und ihr Fett ist ungesund,

gesund, indem sie weniger Blut in ihren Blutadern, als die magern Leute, haben. Hieraus können wir die Ursache lernen, warum diese kraftlosen blassen Menschen alsbald bey der geringsten Bewegung, ohnmächtig und athemlos werden; das Blut eilet durch die grossen Gefässe noch frey, und sperrt, gleichsam wie im Gedränge, seinen eigenen Weg, wodurch eine gefährliche Erstickung verursacht wird. Oder, wenn sie nicht gar zu lange in solchem Zustande gewesen, und auch die kleinsten Aedergen nicht ganz verstopft sind, so steigt ihnen, besonders jungen Frauenspersonen, eine fliegende Röthe ins Gesichte, weil die feinen Gefässe zur selbigen Zeit ausgedehnet sind. So erfolgt aus der Unthätigkeit zuerst eine Verstopfung in diesen zarten Theilgen, worauf doch die Gesundheit und die Munterkeit sowohl des Körpers, als der Seele, beruhet. Sie legt den Grund zu so vielen darauf erfolgenden Krankheiten, welche, wenn andre Zufälle darzukommen: als starker Schnupfen, allerhand Unmäßigkeit,

keit, etwas ansteckendes von aussen, oder eine besondere Beschaffenheit des Körpers von innen, viele bey einer solchen Lebensart unglücklich machen, welchen Zufällen allen der arbeitsame und geschäftige Mann niemals ausgesetzt ist.

Nun frage ich einen jeden vernünftigen Menschen, der geschickt ist, diese Wirkung der Natur bey einem geringen Schimmer von Philosophie, oder nur bey einer ruhigen und gesunden Vernunft zu überlegen, so wie es jeder Mensch thun sollte; ob er begreift, daß man eine Arzney zum Einnehmen verordnen kann, welche eben so in das Blut und in die Gefässe wirkt, wie die Kraft aller Muskeln des Körpers bey dem regelmäßigen Fortgang einer täglichen und mäßigen Arbeit und Bewegung abwechselnd zu wirken pflegt. Wenn dieses nicht möglich ist, so wage ich es zu behaupten, daß wir keine sichere und dauerhafte Arzney, weder für die Gicht, noch sonst für eine langwierige Krankheit haben.

Ja,

Ja, mein Herr, sagt ein gemeiner Practicus, Herzstärkungen, Glieder-Wasser, stärkende Mittel u. s. w. werden dieses thun, und einen vermehrten Umlauf des Geblüts gewiß unterhalten. Vielleicht geschieht es auf etliche wenige Stunden, doch mit desto mehrern Schaden auf viele folgende Tage. Die Wirkung dieser Mittel läßt nach, ihr Reitz verliert sich; sie müssen dahero wiederholet, und Lebenslang wiederholet werden. Wehe demjenigen, der sie einnimmt, und dem, der damit aufhört, es geschähe denn mit grosser Ueberlegung. Während ihrer Wirkung verdicken sie die Säfte, und verderben das ganze Geblüte; und wenn man sie unterläßt, so muß der Patient alle die Mattigkeit und alle die Beschwehrden empfinden, welche ein Fieber, so aus einer begangenen Ausschweifung entsteht, zu begleiten pflegen. Er muß daher seine Zuflucht zu diesen Hülfsmitteln immer wieder nehmen, so wie einem Branntweintrinker sein Daseyn nur alsdenn, wenn er berauscht ist, erträglich wird. Nein, die Kunst

kann nimmermehr der Natur in dieser heil-samsten unter allen ihren Wirkungen bey-kommen.

Aber diese Verstopfungen, die von den rohen Theilgen des Bluts, und der Leere der kleinen Gefässe herrühren, sind nicht blos das einzige Uebel, welches die Trägheit und Unthätigkeit verursacht. Diese lebhafte Stärke und Munterkeit unsrer Gesundheit, welche wir bey einer geschäftigen Lebensart empfinden und geniessen, diese Begierde zum Essen, und die Erquickung nach einer Mahlzeit, welche der gesättigte Wollüstling vergebens von der Kunst erwartet, sind einzig und allein dem frischen Geblüte, welches täglich von neuer Kost, und der damit verbundenen Bewegung des ganzen Leibes zubereitet und ausgetheilet wird, zuzuschreiben. Kein Mensch wird diese angenehmen Empfindungen haben, wenn er zwey Tage mit einerley Blute lebt, sondern er wird matt und hinfällig werden. Um neue Säfte einzuführen, müssen

die

die alten zuvor weggeschafft werden, oder es wird an Raum fehlen, weil eine Vollblütigkeit vorhanden ist, welche in vielen Fällen die erste Ursache der Unpäßlichkeit ist. In einem Stande der Unthätigkeit und Trägheit werden die alten Feuchtigkeiten so langsam weggeschafft, die Ausdünstung ist so unbeträchtlich, daß kein leerer Raum zum Ausfüllen übrig bleibt. Folglich muß nach und nach die Lust zum Essen, und das Verlangen nach Nahrung täglich mehr abnehmen, und endlich ganz aufhören. Hier kann die Kunst Wunder thun; sie kann Ausleerungen verschaffen; wir können Ader lassen, purgieren und Erbrechen erregen. Es muß aber, wenn etwas nützliches dadurch ausgerichtet werden soll, der Fall neu seyn, ehe die Feuchtigkeiten durch langes Verhalten im Körper verderben, welches gar bald geschieht, da sie alle in einem verderblichen Zustande sind, und dieses macht ihre tägliche Erneurung der Gesundheit so wesentlich nothwendig. Alsdenn aber sind die Auswürfe dieser gekünstelten

Ausleerungen einander gleich; die neuern, die mittlern, und die alten Säfte, das ist, der Milchsaft, das Blut, das Blutwasser, und die Lymphe werden alle zugleich ausge-führt, und es bringen daher diese Auslee-rungen, das, was zurück bleibt, in eine selt-same Verwirrung. Da hingegen bey dem natürlichen Laufe der Natur eine beständige ordentliche Veränderung und Folge von dem einen Zustand in den andern statt findet; das ist: vom Milchsaft ins Blut, von dem Blut in das Blutwasser, von dem Blutwasser in die Lymphe und s. f. bis sie alle, ein jegli-ches nach seiner Art, unter verschiedner Ge-stalt, ihre Geschäfte verrichtet, und alle, zu einer solchen klaren Dünne und Feinheit ver-arbeitet und zermalmet worden sind, daß sie gleichsam Wellenweise durch eine unvermerk-te Ausdünstung nach und nach verfliegen. In einem unthätigen Zustande aber gehen sie weder so geschwind, noch so regelmäßig ab, als sie sollten, weil keine Bewegung, und folglich nicht Hitze genug vorhanden ist, die

Ausdünstung fortzutreiben. Sie halten sich daher im Körper zu lange auf, werden faul, scharf und auf vielerley Art schädlich; gleich der Materie in einem Geschwüre, welche, so lange sie nicht übelriechend ist, zur Heilung weit dienlicher ist, als irgend ein Balsam, den ein Wundarzt auflegen kann, die aber, wenn sie zu lange darinnen bleibt, in kurzer Zeit fressend wird, und einem Aezmittel gleichet, und alles rund um sich her verzehret, um sich einen Ausgang zu verschaffen. Dieses zeugt die giftige Schärfe dieser verschlossen gehaltenen und stillstehenden Feuchtigkeiten: dahero ist der Odem und die Ausdünstung von dergleichen unthätigen Menschen selten lieblich und angenehm. Daher entstehn die giftigen und ansteckenden Fieber, welche in denen Gefängnissen herrschen, wo diese schädlichen Dünste von dem Gedränge derer in Unthätigkeit schmachtenden Menschen sich zusammen sammlen und verdicken.

Oftmals hat man auch ein beständiges Blasenpflaster unterhalten, auch es zuweilen bewährt gefunden, um die überflüßigen Säfte, ehe sie noch zu sehr verderbt sind, in etwas abzuführen, und den neuen Säften ein wenig Platz zu machen. Und dieses ist auch die einzige Ursache, aus der sie überhaupt nützlich sind, weil sie den ordentlichen Lauf derselben vermehren, und etwas von denen schon lange im Körper herumgezogenen scharfen Säften wegschaffen; denn die Feuchtigkeit, welche dadurch weggeschafft wird, beträgt so wenig, daß man von der Physiologie gar nichts wissen, ja gar keinen gesunden Verstand haben müßte, wenn man glauben wollte, daß durch die Ausleerung selbst einiger Nutzen geschaft würde. Durch ein Brechmittel oder Purganz wird hundert mal mehr abgeführt, der Vortheil aber, den man dadurch erhält, ist bey weiten nicht so groß, weil durch die letztern die Feuchtigkeiten ohne Unterschied, und zwar die neuen, weit mehr als die alten ausgetrieben werden. Viele haben

sich

sich an das öftere Aderlassen gewöhnt, um das Blut dadurch zu erneuern, und ich habe gehört, daß dieses einigen, und besonders alten Leuten, gar wohl bekommen sey, und sie sehr alt dabey geworden sind. Jedoch muß damit bey Zeiten, ehe noch die Säfte verderbt sind, angefangen, und damit Zeitlebens fortgefahren werden. Es ist auch nichts ungewöhnliches, daß Leute diese gewaltsamen und künstlichen Wege gern erwählen, und der einfachen, leichten, angenehmen und beständigen Wirkung der Natur vorziehn, indem sie sich eher bequemen, ein Brech- und Purgiermittel einzunehmen, als einen Spaziergang zu thun, und lieber beständig ein Blasenpflaster oder Fontanell an ihrem Leibe tragen, als nur den geringsten Gebrauch von ihren Gliedern machen wollen.

Auf diese Weise muß die Unthätigkeit nothwendig den Grund zu einer allgemeinen Krankheit legen, die besondre Art und Gattung der Krankheit selbst aber wird sich nach

der

der Leibesbeschaffenheit des Patienten, und einigen andern darzu kommenden Umständen richten. Bey den allerstärksten kann es Gicht und Schnupfen, bey den schwächern Körpern aber Colik, Gelbsucht, Lähmung, nebst allen hysterischen und hypochondrischen Krankheiten seyn. Vergebens haben verständige Männer, von ausgebreiteter Lektüre und Wissenschaft, die wegen ihrer Kopfarbeit ein sitzendes Leben führen, folglich denen Krankheiten überhaupt mehr, als die lustigen und unbedachtsamen, unterworfen sind, sich bemüht, diesem Uebel durch Mäßigkeit, als einem in vielen Fällen vortreflichen Mittel, zuvor zu kommen. Aber dem ohngeachtet finden sie es nicht für zureichend, und das aus den Ursachen, die ich eben itzt angeführt habe. Denn da wir nicht zwey Tage bey einerley Blute frisch und gesund seyn können, so muß täglich ein neuer Beytrag von dem ätherischen Theile unsrer Nahrung dem Gehirn zu Hülfe kommen, um damit die Bewegung und Verrichtung des Gehirns, so wie überhaupt die

Bewegung und die Arbeit, den ganzen Körper zu unterhalten. Durch diese ätherischen Theile verstehe ich aber den allerfeinsten verarbeiteten Theil von unsern Säften, welcher die allerkleinsten Gefässe und Fäsergen beständig wieder herstellet, und sie ernährt, ob man nun solchen aber Lebensgeister nennen will, oder nicht, daran ist wenig gelegen. So oft dieser Aether mangelt, so müssen wir ohnfehlbar Schwachheit und Mattigkeit in unsrem Körper und in unsrer Seele empfinden, nur mit dem Unterschied, daß bey der Müdigkeit in denen Gliedern von vieler Bewegung, die dicken und die groben Theile auch mit fortgehn, und die erste Mahlzeit nebst dem ersten Schlafe den Mangel gar bald wieder ersetzet. Bey der Kopfarbeit hingegen bleiben die dicken und zähen Theile zurück, und verhindern alle Lust zum Essen. Es ist kein Platz, und folglich auch kein Trieb zur Nahrung vorhanden, der ganze Mensch leidet, und geht ein.

Von

## Von
# der Unmäßigkeit.

Ich will nunmehr von der Unmäßigkeit reden, denn die Trägheit und Gemächlichkeit, welche alle unsre Empfindungen stumpf macht, führt uns natürlicherweise zur Unmäßigkeit. Wir brauchen die Geissel und den Sporn der Wollust, um unsre ermatteten Begierden wieder zu reitzen. Wir können das beständig Schläfrige und Matte der Unthätigkeit nicht länger ertragen; wir eilen, um unsre Wollust bey der Tafel und bey vollen Flaschen zu reitzen; ein Freund fordert den andern auf, auszuschweifen; man häuft eine Krankheit mit der andern; für jede fröhliche augenblickliche Erleichterung, die wir erhalten, müssen wir hernach desto schmerzhafter büssen; der folgende Morgen vermehrt unsre Schrecken, und auf diesem Wege ist die Wiederholung dieser Ausschweifungen immer das einzige Hülfsmittel. Wer unthätig lebt, lebt daher auf diese Weise auch unmäßig,

mäßig, und dieses gewissermassen aus Noth. Der Schaden, welcher nothwendig aus diesen Ursachen folgen muß, macht den Reichen und Grossen oft noch weit unglücklicher, als den Armen, und hierdurch wird ihre beyderseitige Glückseeligkeit in einem grössern Gleichgewichte erhalten. Denn so ungleich auch die Austheilung in andern Stücken ist, so findet doch die Glückseeligkeit gleich dem Wasser überall ebnes Land unter den Menschen, und breitet sich nach allen Seiten gleich aus. Ich wünsche, daß diese Bemerkung jene von ihrer Mißgunst heilen, diesen aber den rechten Gebrauch ihrer Reichthümer lehren möge.

Ehe ich aber zu dem Vorwurf meiner Abhandlung selbst zurückkehre, werde ich wohl dasjenige, was ich itzt gleich sagen will, erst vertheidigen müssen. Ich hoffe aber, kein einziger wird beleidiget seyn, wenn ich behaupte, daß von allen langwierigen Krankheiten in der Welt, besonders aber in

der Gicht, unter zehnen gewiß neune ihren ersten Ursprung der Unmäßigkeit zu verdanken haben. Mancher guter Mann, welcher sich rühmt, das nüchternste und ordentlichste Geschöpfe von der Welt zu seyn, und niemals mehr, als ein oder zwey schlechte Gerichte ißt, wie er sie nennt, auch niemals bey einer Mahlzeit das Maas eines Nössel Weins überschreitet; des Abends bey Zeite nach Hause kömmt, und niemals über acht oder neun Uhr schläft, wird erstaunen, und sich wohl gar für beleidigt halten, wenn man seine Krankheiten der Unmäßigkeit zuschreibt, welche er als das größte Laster verabscheuet. Und dennoch ist er oft krank, sein Magen ist siech, er ist mit der Unverdaulichkeit geplagt, und von der Gicht gelähmt. Die wahre Ursache hiervon ist, wir urtheilen von der Mäßigkeit und Unmäßigkeit nach unsern eigenen Gewohnheiten, ohne einen richtigen Begriff von beyden zu haben. Was wir gewohnt sind, zu thun, was wir andre thun sehen, das halten wir für recht, und niemals

mals schöpfen wir unsre eigne Kenntniß aus der Natur selbst. Die beste Art, meine Gedanken von der Unmäßigkeit zu erklären, wird die seyn, wenn wir das Gesetz der Natur von der Mäßigkeit untersuchen. Dasjenige, was davon abweichet, muß man als Unmäßigkeit betrachten. Und hier muß ich um Erlaubniß bitten, zu bemerken, daß die Mäßigkeit eine Sache sey, wovon ein Engelländer nicht den geringsten Begriff hat, und auch nicht haben kann, wenn er nach seiner eigenen und anderer Engelländer Gewohnheiten urtheilet. Um sich hiervon einen Begriff zu machen, muß man andre Länder, besonders Spanien, Portugall, oder Italien, gesehn, und zugleich bemerkt haben, wie man dort lebt. Was man in diesen Ländern Mässigkeit, oder doch eine zureichende Nahrung nennet, das würde bey uns für ein offenbares Aushungern gehalten werden. In dieser Betrachtung ist Mäßigkeit nach der Verschiedenheit der Oerter auch verschieden und relativisch. Allein das, was ich unter Mässigkeit

sigkeit verstehe, ist diejenige natürliche Mäßigkeit, die von keinem Orte, und von keiner Gewohnheit abhängt; denn ich meyne hier kein Fasten oder eine genaue Enthaltsamkeit, welche nur nach einer allzugrossen Ueberfüllung heilsam seyn kann. Wir müssen sie auch nicht nach denjenigen Ländern beurtheilen, wo ein Stück schwarz Brodt, und eine Zwiebel mit einem Trunke Wasser für eine erträgliche Mahlzeit gehalten wird, noch auch nach unsern Gegenden, wo der Bettler besser lebt, als der Vornehme andrer Länder, und wo wir in der Wahl des natürlichen und auswärtigen Ueberflusses alle Tage herum taumeln.

Um aber auf das zu kommen, was ich unter dem Worte Mäßigkeit begreife, so denke ich, daß es eine nothwendige und bestimmte Mäßigkeit giebt, welche nach eines jeden natürlichen ungereitzter Lust zum Essen und Verdauung abgemessen werden muß, so lange derselbe eine gute Gesundheit genießt, und ein

ein ordentliches Leben führt. So lange ein Mensch nicht mehr ißt und trinkt, als sein Magen fordert, als er ohne den geringsten Schmerz, Ausdehnung des Magens, Aufstossen oder andere Unbequemlichkeiten vertragen, noch auch mehr, als sein Körper verzehren, und bis auf das geringste wieder von sich geben kann; so lange kann man sagen, daß er sich in einem klug und wohl eingerichteten Zustande der Mäßigkeit befindet, welche ihm wahrscheinlicherweise seine Gesundheit und Munterkeit bis zu einem sehr hohen Alter bewahren wird. Dieses ist das Gesetz der Natur, und das Gegentheil davon, oder eine jede grosse Abweichung von derselben, ist vor eine Unmäßigkeit anzusehen; wenn wir nehmlich ohne Begierde essen, wenn wir uns nach einer mäßigen Sättigung noch zwingen, uns durch verschiedene Reitzungen auffordern; wenn wir ohne Durst, bloß um des Getränkes wegen, trinken. Gewiß, ich kann dem keine genaue Mäßigkeit zuschreiben, welcher etwas Wein oder wohl gar starke

Getränke trinkt, wofern es nicht als Medicin geschieht, oder nur (dann und wann) zuweilen um der Gesellschaft und des Vergnügens willen, es muß aber durchaus nicht alle Tage geschehen.

Wir wollen nun diesen Begriff von der Mäßigkeit mit der gewöhnlichen Lebensart der meisten Menschen vergleichen, und den Fortgang von Gesundheit zur Krankheit bey ihnen bemerken. Ich fürchte aber allerdings, daß wir wenig finden werden, die einen gegründeten Anspruch auf eine wahre Mäßigkeit machen können. In unsrer ersten Jugend werden wir unvermerkt durch die Nachsicht und durch die falsche Zärtlichkeit unsrer Eltern und Freunde zur Unmäßigkeit angeführt, die uns vor der Zeit glücklich zu machen wünschen. Wenn wir so die ersten Grade von Wollust erschöpft haben, ehe wir die Herrschaft über uns selbst erhalten, so würden wir in unsrer Freyheit kein Vergnügen finden, wenn wir nicht zu neuen sinnlichen Vergnügun-

gnügungen fortgehen sollten, und wir fühlen uns auch nicht so bald frey, als wir schon unsrer Freyheit mißbrauchen. So gehen wir fort, bis uns etwa ein freundlicher Schmerz oder Krankheit gebietet, oder vielmehr zwingt, stille zu stehn. In der Jugend aber sind alle Theile unsers Körpers stark und biegsam, wir ertragen die erste Last der Ausschweifung mit weniger Schaden, wir entledigen uns auch derselben bald durch unsre eigne und natürliche Stärke und Bewegung, oder durch eine sehr geringe Beyhülfe einer künstlichen Ausleerung. Wenn wir hingegen nach dem Laufe der Natur, zu gehöriger Zeit, oder durch wiederholte Ausschweifungen schon frühzeitig altern, so ist der Körper weniger geschickt, sich selbst zu befreyen, und braucht mehr die Hülfe der Kunst. Unterdessen wächset der Mensch so fort, ißt täglich mehr, als er braucht, oder mehr, als er sich davon wieder entledigen kann. Er fühlt sich daher ganz angefüllt und beklemmt, sein Appetit fehlt, und seine Lebensgeister sinken aus

Mangel einer frischen Hülfe. Er nimmt seine Zuflucht zu allerhand Leckereyen, zu Brühen, eingemachten Sachen, und zu allen Arten von reitzbaren Dingen. Diese verlieren bald ihre Kräfte, und ob er gleich jeden Mundvoll Speisen mit einem Glas Wein hinunter wäscht, so kann er doch nichts schmackhaft finden. Was ist zu thun? Schickt nach dem Arzt. Herr Doctor, ich habe den Appetit verlohren. Ich bitte, geben Sie mir etwas, so sagt er mit grosser Unschuld und Unwissenheit, etwas, das mir die verlohrne Lust zum Essen wieder herstellt; gleich als wenn der Mangel des Appetits eine Krankheit wäre, welche die Kunst heilen könnte. Vergebens würde der Arzt, aus besonderer Freundschaft gegen den Mann selbst, oder wegen der Aufrichtigkeit, die er allen Menschen schuldig ist, ihm den besten Rath in zwey Worten geben, quaere sudando, d. i. suche ihn durch Arbeit wieder herzustellen. Er würde für einen Mann ohne alle Kenntniß, ohne alle Erfahrung in seiner

Kunst

Kunst gehalten werden, wenn er nicht unmittelbar etwas verordnete, oder nach einigen Purganzen, Magenstärkungen, bittre gewürzreiche, mit Wein und Branntwein bereitete Tränke, vitriolische Elixirs, die China und Stahlarzneyen verschriebe. Bey dem Gebrauch dieser Dinge wird der Magen durch eine geringe ausserordentliche Bewegung erschüttert, und hilft sich selbst, indem er die rohen, herben uud geronnenen, in ihm befindlichen Theile in die Gedärme bringt, aus welchen sie in das Blut übergehen. Der Kranke ist auf einige Zeit von seiner Beschwehrde befreyt, er findet, daß er wieder essen kann, und hält sich für sehr gesund. Allein diese Täuschung ist von kurzer Dauer. Wenn er stark ist, so sucht die im Blute schwimmende Schärfe einen Ausgang, und es erfolgt ein Anfall von der Gicht; ist er weniger stark, so erfolgt die laufende Gicht, oder die Colik, u. s. w. wie ich bereits gesagt habe. Wir wollen aber den Fall setzen, daß es die Gicht sey, wenn er sie mit Gelassenheit erträgt,

 wenn

wenn er mäßig lebt, wenn er keinen Madeirawein oder Branntwein trinkt, so wird ihn die Natur auf eine gewisse Zeit helfen, und die gichtartige Schärfe, wenn sie durch ein symptomatisches Fieber, das allemal erfolgt, verdauet und weggeschafft worden, ihm zu seiner Gesundheit wieder helfen. Wenn er durch vernünftige, gelinde und erweichende Arzneyen unterstützt wird, so werden seine Schmerzen gröstentheils gelindert und besänftiget werden, und er wird desto geschwinder wieder genesen. Allein, wenn er auch wieder hergestellt wird, so ist es doch nur auf eine kurze Zeit. Er kehret wieder zu seinen alten Gewohnheiten zurück, und bald ist er wieder in dem Kreise seiner Leiden. Bey jeder Rückkehr wird er mehr darnieder gedrückt, und ist weniger geschickt, sie zu ertragen, bis er endlich ein vollkommener Schwacher und ein elender Krüppel auf sein ganzes Leben wird. Dieses elende Leben erhält er durch die Hülfe einer grossen Menge unnützer Medicin, und den Gebrauch einiger Badecuren so lange

noch,

noch, bis er endlich, trotz aller Aerzte, die er befragt, und aller der untrüglichen Arzney-mittel der Quacksalber, die er eingenommen, sich beklagt, daß niemand scharfsichtig genug gewesen, seine Krankheit recht einzusehen, bey dem Gebrauch des Opium und Brannt-weins dahin sinkt, und lange vor der Zeit stirbet. Dieses ist der Lebenslauf vieler Personen, die ich auf diese Art ihr Leben hinbringen gesehen; und ich glaube, daß dieses der nehmliche Fall von vielen andern ist, von welchen ich nichts gehört habe, die aber ein jeder leicht unter seinen Bekannten bemerken wird. Diese ganze Reihe von Uebeln ist durch Unthätigkeit und Unmäßigkeit, oder durch übel gewählte Kost entstanden, und immer vermehrt worden. Wie leichte aber hätte man ihnen nicht abhelfen können, wenn man bey Zeiten die rechte Ursache erkannt, und die Heilung nach ihr eingerichtet hätte!

Ich glaube, daß ich hier meine Gedanken über die gewöhnlichen Reitzungs-Mittel

des

des Appetits etwas ausführlicher sagen muß, welche ich überhaupt für die gewöhnlichste Art von Unmäßigkeit unter den Menschen halte. Denn die Gewohnheit hat alle diese zur Ausschweifung reitzenden Dinge so gemein gemacht, daß man, weit entfernt, sie in die Classe der Unmäßigkeit zu setzen, sie vielmehr, wegen ihres täglichen Gebrauchs, für heilsam und nothwendig hält. So glaubt man, daß der gewöhnliche Aufputz unserer Tafeln, Salz, Pfeffer, Senf, Eßig u. s. w. nicht das geringste Uebel verursachen, und dennoch wage ich es, so ausserordentlich es auch manchen scheinen möchte, zu behaupten, daß das in einem von diesen Dingen überschrittene Maaß ohnstreitig der Gesundheit sehr nachtheilig sey. Denn ausserdem, daß sie durch ihre Schärfe schon an sich selbst schädlich sind, so erregen sie noch nach der natürlichen Sättigung den Appetit, eine uns beschwerende Last Speisen zu sich zu nehmen, welche der Magen selbst sehr bald fühlen würde, wenn man ihn nicht auf eine

künst-

künstliche Art reitzte, und durch Wein und allerhand starke Getränke dahin brächte, daß er die ihn beschwerenden Theile unmittelbar hernach in das Blut abführete. Auf diese Weise erzeugt ein Fehler den andern, und wenn wir zu viel gegessen haben, so pflegen wir auch durch eine gewisse Art von Nothwendigkeit getrieben, zu viel zu trinken. Der Mensch, der in dem Gebrauche dieser Sachen sehr mäßig ist, wird gewiß gesünder seyn, als derjenige, der dieses Maaß überschreitet. Denn ob sie gleich zuweilen als Arzneymittel ihren Nutzen haben, so können sie doch niemals als eine tägliche Nahrung heilsam seyn. Die Wahrheit meiner Bemerkung bestätigen ganze Nationen in der Welt, welche, weil sie diese Dinge niemals gekannt haben, gesund, stark und munter gewesen sind. Ich will hiermit diese Dinge, zumal das Salz und den Eßig nicht völlig untersagen, sondern nur eine gewisse Mäßigung in denselben anrathen.

Wenn

Wenn dieses in Ansehung der gewöhnlichen Anreitzungs-Mittel bey unsern nur mässigen Mahlzeiten wahr ist, wo wird denn derjenige seyn, der das Gesetz der Natur nicht überschreitet? Wo wird der wahre Mäßige anzutreffen seyn? Was werden wir von der ausstudierten und mühsam verfeinerten Unmäßigkeit an den Tafeln der Reichen sagen müssen, wo die Küchen-Künste so hoch getrieben werden, daß die Schwelgerey sich selbst hintergehet, und man die Sachen nicht, nachdem sie dem natürlichen und unverderbten Geschmacke angenehm sind, schätzet, sondern nachdem sie stärker gewürzt, entzündender, kostbarer, mehr ausser der Jahrszeit und seltener sind? Bey welchen Tafeln, ob man gleich die Mannigfaltigkeit sucht, doch jedes den nehmlichen, nichts aber seinen eigenen und wahren Geschmack hat. Mit Verdruß und Schaam habe ich bemerkt, daß Leute, welche die Wollust offenbar suchen, dieses so wenig verstehn, und glauben, es liege das Vergnügen der Tafel an einem Gerichte oder

an der Brühe desselben, oder den Genuß der Speisen über die gewöhnliche Sättigung für ein wahres Vergnügen halten. In der That aber reitzen sie ihren Appetit zu sehr, indem sie zu allen Küchen-Künsten und Arzney-Mitteln ihre Zuflucht nehmen, und durch fremde Reitzungen zur Wollust und alle Reitzungs-Mittel, die sich unter den sauren Dingen, Salzen, hitzigen Gewürzen und allen Arten von Essenzen finden, ihren Nerven ein wenig Empfindung zu verschaffen suchen. Sie bedenken aber nicht, daß dieselben, jemehr sie erhitzt und gereitzt werden, desto starrer und steifer werden müssen. Alle diese Dinge müssen nun zum öftern wiederhohlt, ihre Menge vermehrt, und in Ansehung ihrer Eigenschaften stärker gemacht werden, und dieses dauret so lange, bis sie nicht mehr wissen, wo sie aufhören sollen, und jede Mahlzeit, die sie thun, hilft ihnen weiter nicht, als daß sie den Magen beschweren und drücken, das Blut erhitzen und verderben, alle Röhrgen des kleinen Geäders verstopfen und ersticken,

cken, ein auszehrend Fieber erregen, welches, wiewohl es die Lebensgeister des Abends ermuntert, doch den andern Morgen darauf die schrecklichste Empfindung einer Entkräftung und einer von Ueberladung herrührenden Unpäßlichkeit zurückläßt. Und hielte sie nicht die gütige Natur mit einem empfindlichen Anfalle von der Gicht oder einer andern Unpäßlichkeit in dieser Laufbahn auf, wo sie sich ein wenig wieder erholen, so würden sie gewiß bald an dem Ende derselben seyn.

Alle diese Unbequemlichkeiten ziehen die Menschen sich selbst entweder aus Unwissenheit zu, oder weil sie auf zwey Dinge nicht aufmerksam genug sind: erstlich, daß das Vergnügen eine eigensinnige Buhlschwester ist, der man nicht beständig nachlaufen muß; man muß zuweilen sich ganz ruhig verhalten, bis sie selbst wieder kömt und uns schmeichelt. Zweytens bemerken wir nicht, daß das Vergnügen und die Glückseeligkeit so verschiedene Dinge, als die Schwelgerey

und ein mäßiger Genuß sind; das Vergnügen ist auch niemals von beständiger Dauer, und unsre Empfindungen sind sehr eingeschränket. Wir können nur ein gewisses Maaß desselben ertragen, und jede Ueberschreitung desselben verursacht uns unausbleibliche Schmerzen. Leute von ausgebreiteter Erfahrung werden mir das Zeugniß geben, daß solches von allen Arten von Ueberfluß bey der Tafel, Wein, Musik, Frauenzimmern, und andern sinnlichen Vergnügungen wahr sey.

Diese Leute werden vielleicht sagen, daß ich eine überaus schöne Predigt gegen die Wollust und Unmäßigkeit gehalten hätte. Allein was wird es wohl helfen? Sie wollen von ihren Ausschweifungen gar nichts wissen, vielweniger unangenehme Wahrheiten hören, welche ihnen bereits schon bekannt genug sind. Besitzet ihr denn nicht, werden sie zu mir sagen, keine Kunst und Geschicklichkeit, die Gesundheit mit der Wollust zu verbin-

verbinden, kein Mittel, kein rares Geheimniß, die abgenutzte Empfindung und Lebhaftigkeit wieder zu ersetzen und herzustellen, keine Medeischen Künste, uns wieder zu verjüngen? Wisset ihr dergleichen nicht, so macht uns auch keine weitere Beschreibung von einem eingezogenen, mäßigen und geschäftigen Leben: es ist nicht werth, daß man unter solchen Bedingungen lebet. Ich weiß, wie unbillig manche hierinnen denken, deren Forderungen sehr hoch, ja zum Theil unmöglich seyn würden. Voritzo will ich nur die Ursachen vorstellen, und wenn ich von den Mitteln reden werde, so will ich mich bemühen, dergleichen Leute zu überzeugen, daß die Hülfe, die sie von der Kunst erwarten, gar nicht in der Natur anzutreffen ist; daß aber in derselben Mittel und Wege vorhanden sind, wodurch viele gichtartige und ungesund gewordene Menschen, an welcher Aufkommen man gezweifelt, wieder zu einem erwünschten Grad der Gesundheit und Wohlbefinden gebracht worden. Ich muß aber zuvor ein

paar

paar Worte mit den Unmäßigen, oder irrenden Personen vom Mittelstande, reden.

Da jedermann in England mit den Mitteln zur Unmäßigkeit versehen ist, so ist es nicht zu verwundern, wenn die meisten Menschen unmäßig leben. Wenn dergleichen Leute in andern Ländern seltner sind, so ist dieses wohl nicht leicht einem höhern Grade von Tugend, sondern vielmehr dem Mangel der Mittel zur Unmäßigkeit zuzuschreiben. Der Druck, unter dem sie unter ihren Regierungen leben, der ungewisse Besitz ihres Eigenthums, und ihr abergläubischer Gottesdienst erhält sie so dürftig, daß es gar nicht in ihrer Gewalt stehet, schwelgerisch zu leben. Nichts desto weniger haben sie von ihrer Armuth den Vortheil, daß sie, weit weniger als wir, mit langwierigen Krankheiten geplagt sind. Ich glaube gewiß, daß in England mehr mit der Gicht behaftete Personen anzutreffen sind, als in dem übrigen Europa zusammen: ein Beweiß, daß das gute Leben

bey uns viel gemeiner, als in andern Ländern ist. Ich begehre aber nicht, mich an die Verfechter dieser guten Lebensart der Personen vom mittlern Stande zu wenden, aus Furcht, es möchten dieselben eben so unbiegsam als diejenigen seyn, welche sie so wie am Stande, also auch in der höhern und verfeinerten Wollust übertreffen. Es giebt aber auch einige, die nicht aus Wahl, sondern aus Verführung, Gewohnheit und Irrthum unmäßig sind, weil sie nicht wissen, daß ihre tägliche Kost ungesund, und die Ursache ihrer Krankheiten ist. Für diese kann es von einigem Nutzen seyn, wenn man die ungesunden Speisen anzeigt, und ihre Wahl auf bessere Dinge richtet. Leute, die starke Arbeit verrichten, und in der freyen Luft arbeiten, können grosse Ausschweifungen und viel ungesunde Nahrung ohne sonderlichen Schaden vertragen. Ich habe niemals einen kranken, und mit der Gicht behafteten Gärtner gesehen, der nicht ein sehr schläfriger und versoffener Mensch dabey gewesen. Leute aber

von stillsitzendem Gewerbe und Handthierung, z. B. alle Arten von Krämern empfinden weit geschwinder und heftiger die üblen Folgen der Unmäßigkeit, und der unrechten Wahl in ihrem Essen und Trinken. Ihre erste Sorge sollte also dahin gehen, die Krankheiten, welche die Unthätigkeit erzeugt, nicht mit denjenigen, welche die Unmäßigkeit mit sich führt, zu vermehren, sondern sowohl die Menge als Beschaffenheit ihrer Nahrung nach ihrer Arbeit einrichten. Aber lasset uns sehen, wie sie dieses thun. Sie sagen alle: sie begnügten sich mit schlechter Kost, und hätten an niedlichen Gerichten keinen Gefallen; gleichwohl lassen sie sich eine Ganß oder Ente mit einer guten Menge Salbey, Zwiebeln, Pfeffer und Salz, ein Spanferkel von gleicher Zurichtung, und einen Haasen mit noch bessern und mehr zusammengesetzten Gewürzen, herzlich wohl schmecken. Werden sie jemals ungefülltes Kalbfleisch, oder eine Schöpskeule ohne Kaperbrühe essen? Wenn sie ja ein Stück Fleisch essen, so wird, wenn

ja zuweilen der Pfeffer fehlt, doch es gewiß nicht ohne saure und gesalzene Brühen geschehen, welche eben so schädlich, als Gift, sind. Sie verwundern sich, daß diese Gerichte ihnen Blähungen, sauer und bitter Aufstossen des Magens, und Schlucken verursachen, womit sie auch, so lange als die Verdauung währt, geplagt seyn würden, wenn sie dieselben nicht mit einer hinlänglichen Menge Wein, oder zuweilen mit einem Schluck Branntwein vertrieben. Wenn sie auf solche Weise ihren Magen vor dießmal beruhiget, so fahren sie damit fort, ohne sich um das Zukünftige und die entfernten Folgen weiter zu bekümmern. Folglich werden diese scharfen, rauhen, hitzigen und brennenden Sachen aus dem Magen in das Blut getrieben, ehe derselbe Zeit gehabt, sie mit einander recht zu vermischen und zu verdauen, oder sie und die überflüßige Last von Speisen, die mit ihnen in Magen kommt, wieder von sich gegeben hat. Und auf solche Art wird zu einer jedweden Krankheit

der Grund gelegt, die, wenn solche scharfen und hitzigen Theilgen sich in dem Blute bis zu einem gewissen Grad anhäufen, zu entstehen pfleget.

Andre scheinen mit mehrerm Recht, daß sie eine schlechte und einfache Kost haben, behaupten zu können. Jedoch aber essen sie, und verlangen Dinge, die Leuten von einer stillsitzenden Lebensart weder gesund noch zuträglich sind, als allerhand eingesalzen und geräuchert Fleisch und Fische, Schinken, Zungen, schwehre Mehl-Puddings, geröstete Käse u. s. w. welche alle von so harter und unverdaulicher Beschaffenheit sind, daß sie der Magen eines Bauers kaum vertragen kann. Denn das salzen, würzen und räuchern, wodurch solche Speisen getrocknet, und für der Fäulniß bewahret werden, ehe man sie noch genießt, verursachen, daß sie sich in dem Magen niemals recht auflösen, und darinne verdauen, vielweniger aber eine gute Nahrung geben können. Das salzige

zige Wesen, so sie in sich haben, zerfliesset zwar wirklich von der Feuchtigkeit in den Gedärmen, und gehet ins Blut, verursacht aber auch in den stärksten Körpern denjenigen krätzigten und schuppichten Ausschlag, der sonst insgemein, wiewohl unrecht, der Scharbock genennet wird, der eine ganz andere Art von Krankheit ist. Dieser Art von Nahrung ist auch der schlechte Gesundheitszustand des Landvolks zuzuschreiben, deren Kinder die englische Krankheit, grosse Köpfe, und dicke Knochen an den Gelenken, und aufgeschwollene und harte Bäuche bekommen.

Ein andrer Hauptfehler, den viele Menschen, welche übrigens in Ansehung ihrer Kost sehr mäßig leben, begehn, besteht darinne, daß sie jederzeit die Fleisch-Speisen zu gar kochen und braten. Denn wenn das Fleisch gar zu weich gekocht wird, so geht die beste Kraft davon verlohren, und beym zu viel braten und rösten wirket das Feuer gar zu lange, und verändert das milde thierische

rische Fleisch in etwas, so von einer ganz andern Beschaffenheit ist; das Fett bekömmt einen bittern und ranzichten Geschmack, welches auch dem allersüssesten Oele von dem Feuer wiederfährt; die versengte magere Seite des Fleisches aber wird von aussen her trocken, und bekommt einen scharfen Geschmack. Je weniger demnach alle Fleisch-Speisen der Gewalt des Feuers ausgesetzt sind, desto milder und gesunder werden sie seyn. Ich will hiermit gar nicht die Gewohnheit der Cannibalen und Tartarn, welche das Fleisch roh essen, oder der wilden Thiere, empfehlen, welche ihren Raub lebendig verschlingen. Es ist aber doch hierbey merkwürdig, daß die erstern von unsern Krankheiten frey, die letztern aber zum Erstaunen stark und munter sind. Wenigstens können wir von ihnen lernen, daß unsre Fleisch-Speisen darum, weil sie, wie einige sprechen, durchaus gar zugerichtet werden, zur Gesundheit nichts beytragen; und daß wir uns angewöhnen sollen, sie lieber so zu essen, daß

noch ein wenig vom Feuer unverderbten rothen Saftes in ihnen übrig ist. Aus diesem Grunde ist die Englische Kochkunst der Französischen weit vorzuziehen, welche alles zu Trümmern kochen und braten; und unter den Englischen Speisen sind die auf dem Rost gebratenen die besten.

Dieses bringt mich zu einer andern Bemerkung, welche vielleicht kein anderer, als ein Arzneyverständiger, oder derjenige, welcher die Natur des Menschen und seiner Nahrung wohl studiert hat, anzustellen im Stande ist. Sie besteht darinnen: daß, da die Menschen dazu geschaffen sind, das meiste von den Früchten und Thieren der Erde und des Wassers zu geniessen, auch ein gewisses Verhältniß in Ansehung der Thiere und der Gewächse bey ihrem Unterhalte Statt finden sollte. Denn alles thierische ist an sich selbst zur Fäulniß geneigt, das Vegetabilische aber verbessert dieselben, so, daß sie in dieser Neizung zur Fäulniß nicht zu weit gehen. Daher

her entsteht vermittelst einer richtigen Vermischung dieser beyden Eigenschaften diese einen Mittelsalz ähnliche Mischung des Milchsafts, welche von der Säure und dem Alkali gleich weit entfernt, und zur Erzeugung des guten Bluts so wesentlich nöthig ist. Dieses ist so offenbar, daß jeder, wer nur aufmerksam gnug darauf merken will, finden wird, daß wenn eine von beyden in dem Körper die Oberhand hat, allemal ein so starkes Verlangen nach Dingen von der andern Art vorhanden ist, und eine solche angenehme Empfindung bey ihrem Genusse in dem Gaumen und Magen verspüret wird, daß man daraus deutlich siehet, daß sie durchaus nöthig sind. Man lasse einen Menschen eine Zeit lang nichts als Fleisch essen, er wird gewiß ein recht eifriges Verlangen nach Obst und grünen Sachen bezeigen, und wenn er derselselben zu lange, wie bey den Seefahrenden auf langen Reisen oftmals geschiehet, entbehren muß, so wird er krank, und bekömt den würklichen Scharbock. Wenn sie aber,

ehe

ehe es mit dieser Kränkheit noch zu weit gekommen, das Land erreichen, so werden sie mit einer mehrern Begierde, als Pferde und Ochsen, das erste beste Gras, so sie finden, essen, und sich völlig dadurch wieder herstellen.

Auf gleiche Art werden auch diejenigen, die eine lange Zeit blos von Erdgewächsen gelebt haben, (welches öfters den Kranken, sonderlich in der Gicht, verordnet wird,) ein grosses Verlangen nach Fleisch-Speisen zeigen. Wir müssen also hieraus auf die Winke der Natur fleißig aufmerken lernen, und die Vermischung der Speisen aus dem Thier- und Gewächsreich in gehöriger Verhältniß also einrichten, damit unsere Eingeweide nicht nur desto leichter unsere Säfte bereiten, und zur Arbeit geschickt machen mögen, sondern damit wir auch hierdurch denen Krankheiten vorbeugen, welche aus dem Uebermaaße des einen oder des andern entstehen. Und hier muß ich bemerken, daß die meisten Menschen

in allen Stunden des Lebens in Ansehung ihrer Kost darinnen einen Fehler begehn, daß sie zu viel saure, rohe und unverdauliche Dinge geniessen. Nicht etwa, daß sie nicht genug Fleisch essen sollten, sondern weil sie bey der Zurichtung und Kochen solche verderben, und ihre thierische Natur in etwas schlimmers als die vegetabilische ist, verändern, ihnen ihre Neigung zur Auflösung und Fäulung durch das Salzen, Räuchern, Einpöckeln und Einlegen gänzlich benehmen, und machen, daß Sachen, welche ihrer eigenen Natur nach bald verderben und verfaulen würden, durch dergleichen Zurichtung so verhärtet und einbalsamirt werden, daß sie sich Jahre lang wie Mumien erhalten. Eben dieses kan man auch von vielen andern Gerichten sagen, die Salze, Gewürze, hitzige Kräuter und Eßige, womit sie angemacht und zusammen gesetzt sind, erhalten und machen sie so hart, daß sie sich sehr lange halten; die Brühen an solchen haben eben die Wirkung als die Salzbrühen. Alles, was wir

als

als Nahrung geniessen, muß so beschaffen seyn, daß es zerstöret und aufgelöset werden kann, sonst wird niemals ein gutes Blut daraus entstehn, und alles, was hart, und so zugerichtet ist, daß es lange vor dem Genuß aufbewahret werden kann, sollte überhaupt gar nicht gegessen werden, denn es wird sich niemals in dem Magen gehörig auflösen.

Die Natur der meisten langwierigen Krankheiten und ihr vornehmstes Kennzeichen, das Sodbrennen, beweisen deutlich, daß die erste Ursache derselben eine in den Säften überhand genommene rohe Säure ist, welche allerhand Verdickungen, Verhärtungen und Verstopfungen verursacht. Alles dieses bemerkt man bey der Gicht, bey Flüssen, dem Stein, und allen Arten von Nervenkrankheiten. Auch die Mittel, welche zuweilen helfen, und auf einige Zeit Linderung verschaffen, als flüchtige Salze, Hirschhorn, Salmiack, erdigte Pulver von Muschelschaalen, Seife u. s. w. bestätigen solches. Es werden sich zwar viele

hierüber wundern, und behaupten, es könne dieses nicht seyn; denn ob sie gleich diese Krankheiten hätten, so gebrauchten sie doch wenig oder gar keine sauren Mittel. Sie geniessen aber allerdings vielerley Dinge, die säuerlich sind, das ist, die von der Hitze im Magen sauer werden. Man bildet sich zwar dieses gemeiniglich nicht ein; es sind aber solche säuerliche Dinge (acescent) viel schädlicher, als die Dinge, die bereits schon völlig sauer sind. Denn ausserdem, daß man solche nicht in grosser Menge geniesset, so wird das säuerliche niemals anders, als durch eine Gährung sauer werden. Wenn sich aber dergleichen im Magen ereignet, welches doch niemals geschehen soll, so erregt sie eine starke Unruhe, Blähungen u. s. w. und es steigt auch hier, so wie bey allen gährenden Feuchtigkeiten geschiehet, ein gewisser Dampf (gas) auf, welcher, wie man weiß, zuweilen auf der Stelle den Tod bringt. Hier wird es nöthig seyn, einige von den Dingen, so man säuerlich nennt, anzuführen. Hieher gehö-

ren: allerhand Zuckerwerk, Puddings, Kuchen, Pasteten, Sahn-Torten, Eingemachtes u.s.w. ingleichen alles von Semmelmehl bereitetes Backwerk u.s.w. zumal wenn es gegohren hat; insonderheit aber das Brod, welches, wiewohl es viele seinem Wesen nach für gesund halten, nicht nur wegen seiner Säure ungesund ist; sondern auch in Ansehung der starken Gährungsmittel (ferment), so es bey sich führt, so oft es die Oberhand bekömmt, alles übrige, was es nur im Magen findet, und was der Gährung fähig ist, zum Gähren bringt (*). Das Londner Brod ist, wie ich besorge, besonders von der Art, theils, weil es seiner Kleyen beraubt wird, welche es einigermassen gelinde machen

*) Wer hiervon eine Probe verlangt, kann es auf folgende Art versuchen: Man lege ein gemein Stück geröstetes Brod in ein halbes Nösel Wasser, und lasse es sechs oder acht Stunden bey einem Feuer stehen, welches der Hitze im menschlichen Magen gleich kommt, so wird es so sauer als Eßig werden.

chen und verbessern würden, hauptsächlich aber, weil es ausser dem gewöhnlichen Sauerteig noch einen guten Theil von Alaun (*) bey sich führet, der ganz unschicklich dazu gethan wird, um es ausserordentlich weiß zu machen. Viele essen aus bewegenden Ursachen Brod, und finden es aus Gewohnheit angenehm; sie nehmen zwischen der Mahlzeit ein Schnittgen, wie auch, wenn sie Obst essen, weil das Obst auf diese Art gesünder seyn soll, und halten einen Bissen Brod nebst einem Glas Wein für ein überaus mäßiges und herrliches Abend-Essen. Bey dem allen, glaube ich, daß sie sich sehr irren, und ich halte dafür, daß man das Brod sparsamer,



*) Um hiervon überzeugt zu werden, so kocht man ein Pfund gemein Londner Brod in einer hinlänglichen Menge Wasser zur Dicke einer Hafer-Grütz-Suppe. Man lasse es stehen, und sich setzen, und giesse das Klare herab, und lasse alles Wasser einkochen, so wird man auf dem Boden den Alaun mit etwas gemeinem Salz vermischt finden.

und nur in Ermangelung andrer und besser Speisen aus dem Pflanzenreiche essen sollte. Eben so müssen wir auch von den meisten Arten der gewürzten und gedämpften Speisen, Brühen, Füllen u. s. w. urtheilen. Aber das gröste Säuerliche, oder vielmehr das Gift von allen ist der Wein, es mögen nun Hohe oder Niedrige, Reiche oder irgend andre einen beständigen Gebrauch davon machen: der Wein allein verursacht mehr Krankheiten, als alle übrigen Ursachen zusammen genommen. Alle Menschen gestehen, daß der Wein, wenn er im Ueberflusse genossen wird, schädlich ist: sie sehen den unmittelbar darauf erfolgenden Schaden, allein jene entfernten Wirkungen, welche eine weit aufmerksamere und genauere Beobachtung erfordern, sehen oder glauben nur sehr wenige, und indem sie nach den gegenwärtigen und angenehmen Empfindungen urtheilen, so behaupten sie, daß ein wenig Wein gesund, und einem jeden gut sey. Sie trinken folglich solchen alle Tage, geben ihn

auch ihren Kindern, und suchen ihnen sol- chen angenehm zu machen, wodurch sie ihren natürlichen Geschmack in der ersten Kindheit verderben. Sie fangen an, ihn aus Gewohnheit endlich schmackhaft zu fin- den, und können nicht leicht ohne denselben seyn, so wenig, als die Tabacks-Schnupfer ohne ihren Taback. Der Mangel ist in bey- den Fällen blos der Gewohnheit zuzuschrei- ben, und auch in beyden Fällen gleich unna- türlich. Denn der Magen braucht den Wein nicht mehr, als die Nase ihren Schnupfta- back. Die unmittelbare Empfindung, die beyde erregen, ist nach einem mäßigen Ge- brauche angenehm, allein die entferntesten Wirkungen des Weins sind unendlich mehr schädlich als die schädlichen Folgen des Schnupftobacks. Dieser schadet der Nase allein, der andre aber häuft alle Tage ein wenig die Unverdaulichkeit, und verderbt die Säfte des Körpers ganz und gar. Und ob er gleich oft in der Absicht genommen wird, die Verdauung zu befördern, und das Ge-

schäfte des Magens zu unterstützen, so schadet er doch offenbar in beyden Absichten. Anstatt daß er verdauen und auflösen sollte, so verhärtet und verhindert er diese Auflösung, verderbt den Milchsaft und die Säfte, welche zuerst aus unsrer Nahrung entstehn. Er erwärmt zwar, und reitzt den Magen zu einer grössern Anstrengung, als natürlich und nothwendig ist, und macht ihn dahero geschickt, sich seiner Last geschwinder zu entledigen; aus welcher unmittelbaren Wirkung des Weines jenes angenehme Gefühl von Wärme und Vergnügen entsteht. Allein er stößt durch diese ausserordentliche Bewegung unsre Nahrung zu gewaltsam und geschwind aus dem Magen fort, ehe sie noch erweicht, aufgelöst, und eigentlich zubereitet ist, und bringt sie noch ganz roh, hart und herbe in die Eingeweide, und das Blut, welches denn verschiedene Arten von Krankheiten verursacht. Was auch daher immer diejenigen, welche den täglichen Gebrauch von etwas Wein vertheidigen, zu seiner Empfehlung glauben und

behau-

behaupten mögen, so sind sie doch ohne Zweifel in einem sehr grossen Irrthum. Es wäre gewiß weit besser und heilsamer, eine Flasche zu trinken, und die Woche einmal recht vergnügt zu seyn, wenn sie hernach immer Wasser oder dünnes Bier tränken, in welchem Zwischenraume die Natur alles völlig verdauen, und sich wieder erholen kann. Das Wasser ist der einzige Trank, den die Natur vor alle lebendige Geschöpfe bestimmt, und sie damit versorgt, und was die Natur uns darreicht, dieses ist für uns auch, wie wir gewiß glauben können, das heilsamste und beste. Daher sehen wir, daß, wenn wir eine Ausschweifung, oder irgend einen Fehler begangen haben, von welchem wir leiden, das Wasser ein Linderungsmittel abgiebt. Daher sind die Bäder zu Bath, das Spaawasser, und andre medicinische Wasser besonders für starke Trinker vorzüglich gut. Es ist in diesen Brunnen das blosse Wasser, welches alles rohe und unverdauliche verdünnet und abführt; die mineralischen Theilchen,

welche diese Wasser enthalten, machen zwar, daß sie der Magen vertragen kann, allein in dem Körper selbst thun sie, wie ich glaube, sehr wenig, sondern es sind die Heilkräfte der mineralischen Wasser blos den Wassertheilchen zuzuschreiben. Der Wein, wenn er nicht eine blosse Erfindung der Menschen ist, war uns von dem Schöpfer als eine Herzstärkung in Krankheit, Schwachheit, Kummer, und im Alter gegeben, und er würde das heilsamste Linderungsmittel in allen diesen Uebeln seyn, wenn wir nicht durch den täglichen Gebrauch seine Kraft schwächten, und ihn nicht, anstatt daß wir ihn nur in diesen Fällen nehmen sollten, als ein gewöhnliches Getränke brauchten, und uns, wenn wir jung und gesund sind, dadurch sinnlos machten. Doch ich weiß, daß dieses eine zu zarte Sayte ist, als daß man sie sehr berühren dürfte, und daß man diesem Vergnügen zu sehr ergeben ist, als daß man mit der Hofnung, jemanden zu überzeugen, viel dagegen erinnern könnte. Die meisten Menschen

schen haben sich dieser bezaubernden Gewohn-
heit so sehr überlassen, daß sie glauben, sie
könnten keinen Tag ohne ein wenig Wein le-
ben, und ihr wahres Daseyn hienge davon
ab. Ihr Magen verlangt ihn, die Natur
fordert ihn, und der heil. Paulus empfiehlt
ihn, er muß also wohl gut seyn. Solche
Menschen greifen nach jedem Schatten eines
Beweises, der ihren Neigungen schmeichelt.
Der heil. Paulus empfiehlt ihn als eine Arz-
ney zuweilen, aber gewiß nicht alle Tage.
Es giebt, wie ich glaube, keine Arzney, wel-
che, wenn sie täglich genommen wird, nicht
entweder aufhöret, vollkommen zu wirken,
oder durch ihre gar zu heftige Wirkung
Schmerz verursachet. Man wird zwar den
Einwurf machen, daß viele Personen alle
Tage Wein tränken, ohne daß sie die Gicht,
den Stein, oder andre Krankheiten, die da-
her entstehn, bekommen. Ich glaube aber,
daß es nicht viel dergleichen Leute giebt, weil
ich sonst nothwendig einige davon kennen
müßte. Wenn ja einige so stark sind, ihn

 bis

bis in ihr Alter ohne Schmerz zu vertragen, so müssen sie eben so wohl geschäftig, als stark seyn, um dieses zu überstehn. Doch mit diesen rede ich hier nicht, mein Geschäfte ist mit den Schwachen, welche allerley Beschwerden empfinden, und gewiß nicht ihre Leibesbeschaffenheit nach jenen, denen sie nicht gleich kommen, abmessen werden. Man kann auf die nehmliche Weise jede andre üble Gewohnheit rechtfertigen. Eure Nase verlangt ihren Schnupftaback, euer Gaumen seine Gewürze, und wenn es Mode war, daß die Frauenzimmer dünne Taillen hatten, so hatten ihre durch den Druck der Schnürleiber gequetschten und hart gewordenen Seiten die Unterstützung der Schnürleiber nöthig. Die Natur ist ein wahres Frauenzimmer, bey der ersten Gewaltthätigkeit schreyet sie laut, giebt aber mit der Zeit nach, wird besänftiget, und wohl gar in den Räuber ihrer Keuschheit verliebt. Doch es ist das Geschäfte des Philosophen, die wahren Bedürfnisse der Natur von den künstlichen Forde-

rungen

rungen der Gewohnheit sorgfältig zu unterscheiden. Wenn wir finden, daß diese letztern anfangen, uns Schmerzen zu verursachen, so müssen wir uns auf das äusserste und anhaltendste bemühen, diese Bezauberung übler Gewohnheiten zu besiegen. Verursachet es uns gleich anfänglich einige unangenehme Empfindungen, so müssen wir doch solche gelassen ertragen; sie werden uns nicht tödten, sondern in sehr kurzer Zeit mit einer guten und wohl eingerichteten Lebensart wieder aussöhnen.

Einen andern Hauptfehler begehen viele in Ansehung der Wahl ihrer Weine, da sie die starken, erhitzenden und herben Sorten, als Madera, rothen Portugiesischen (Port) und weissen Spanischen Wein, (Mountain) u. s. w. den mildern feinern, und gewiß weniger ungesunden Französischen und Italiänischen Weinen vorziehn, weil sie vorgeben, es wären solche zuträglicher für den Magen, und sehr gut wider die Blähungen. Ich ha-

be bemerkt, daß diejenigen, welche sich solcher starken Magen-Weine wider die Blähungen bedienen, niemals von denselben, und allen gichtartigen Krankheiten, die aus der Unverdaulichkeit entstehen, frey geblieben sind. Es kann auch in der That nicht anders seyn; da nichts der natürlichen Verdauung mehr zuwider, als der Gebrauch dieser starken Getränke ist, welche, anstatt daß sie auflösen sollten, vielmehr alles verhärten, und daher beständig, wenn die erste Wärme vergangen ist, rohe und saure Schärfe und Unreinigkeiten zurücklassen, welche gährend und fressend werden, und den Magen und die Gedärme alle Tage reitzen.

Solchergestalt habe ich mich bemühet, zwey von den wahren vornehmsten Haupt-Ursachen der Gicht und den meisten andern langwierigen Krankheiten zu zeigen, und ich wünsche aufrichtig, daß dasjenige, was ich gesagt habe, diejenigen, welchen es vorzüglich angeht, nemlich die mit der Gicht behaf-

teten

keten schwachen und kränklichen Personen von allen Ständen ermuntern möge, selbst zu bemerken, zu urtheilen, und über meine Erinnerungen und flüchtigen Anmerkungen weiter nachzudenken. Denn als solche muß man das, was ich hier gesagt, nicht aber als logicalische oder demonstrativische Beweise betrachten. Ich weiß, daß meine Schlüsse und Beweise noch mehr verbessert und weiter fortgeführet werden können, und ich würde auch solches selbst zu thun versucht haben, wenn ich mehr Zeit darzu hätte. Allein ich sehe wohl, daß es eine unüberwindliche Schwierigkeit ist, Leute wider ihren Willen überhaupt durch irgend eine Art von Beweisen zu überzeugen. Ich will diesen daher lieber rathen, sich durch ihre eignen Bemerkungen und Erfahrung von der Gewißheit meiner Sätze zu versichern. Ich schmeichele mir, daß sie es der Mühe wohl werth finden werden, ein wenig vernünftiger darüber zu urtheilen, als sie sonst für sich selbst zu thun gewohnt sind. Und gewiß, sie werden schon

einen

einen grossen Vortheil erhalten haben, wenn sie hierdurch die falsche Meynung ablegen, als könne die Gesundheit durch die eingebildete Macht von jenen vielen lächerlichen und mit Recht verachteten Arzney-Mitteln hergestellet werden, welche täglich von einem Haufen der elendesten, unwissendsten und nichtswürdigsten Leute dem Publico aufgedrungen, und mit unendlichen Lügen angepriesen werden; und wenn sie vielmehr ihre Aufmerksamkeit auf das wahre Hülfsmittel, nemlich auf eine vernünftige und ordentliche Einrichtung ihrer Lebensart richten. Fühlen sie aber, wenn sie dieses unternehmen, sich selbst zu schwach, gehörig über diese Dinge urtheilen zu können, so müssen sie menschenfreundliche, erfahrne und ehrliche Männer aufsuchen, die sie hierinnen unterstützen.

# Vom
# Kummer oder Verdruß.

Ich komme nun zu der letzten Haupt-Ursache von langwierigen Krankheiten, ich meyne den Kummer. Dieser ist ein sehr fruchtbarer Vater vieler körperlichen Uebel, und verursacht gemeiniglich auszehrende Krankheiten, welche weit schwehrer, als andere aus Unthätigkeit oder Unmäßigkeit entstehende Zufälle, nicht nur geheilet, sondern auch so gar nur erleichtert werden können. Da er aber keine so gewöhnliche Ursache der Gicht, als jene beyde, ist, so scheint es nicht nothwendig, uns in eine gar zu genaue Untersuchung desselben einzulassen. Ich werde mich dahero nicht in die erhabenen Gegenden metaphysischer Muthmaßungen wagen, auch nicht meinen eigenen Vorstellungen, oder denenjenigen folgen, die vor mir schon mit ihren Muthmaßungen in Ansehung der unbegreiflichen Uebereinstimmung des Körpers mit der Seele, ihrer gemeinschaftlichen Kräfte und

der

der Art, wie sie auf einander wirken, geirret haben. Ich werde mich begnügen, nur die nutzbare Anmerkung zu machen, daß ein jeder heftiger Grad von Kummer, er zeige sich nun unter der Gestalt des Zorns, des Neides, des Verdrusses, des Mißvergnügens oder der Betrübniß sehr schädliche und gefährliche Wirkungen auf die zum Leben des Körpers unmittelbar gehörigen Theile habe, sie mögen nun geschwind und heftig, oder langsam und anhaltend erfolgen.

Die erste unmittelbare Folge von heftigem Gram und Kummer besteht darinne, daß das Geschäfte des Magens völlig aufhöret. Man stelle sich einen sehr gesunden, überaus vergnügten und muntern Menschen für, welcher, indem er mit seinen guten Freunden bey Tische sitzt, unverhoft eine traurige und schmerzhafte Nachricht erhält. Augenblicklich wird ihm die Lust zum Essen vergehn, er kann nicht weiter essen, noch einen Bissen mehr hinunter schlucken. Gesetzt, er habe

auch bereits eine gute und wohlschmeckende Mahlzeit gethan; so wird doch das Geschäfte seines Magens und die Macht der Verdauung so plötzlich und gänzlich gehemmt, als ob ihn der Schlag gerührt hätte; und alles, was er genossen hat, liegt ihm als eine steinharte Last in dem Magen. Da die Grösse der Schwachheit oft Zuckungen verursacht, so wird vielleicht ein heftiges Brechen erreget, oder es entstehet wohl noch grösseres Unheil daraus. Aus diesem Grunde sind solche Schläge der Trübsal, wenn man sie bey leerem Magen erhält, weniger nachtheilig, als wenn der Magen voll ist. Allein, woher entsteht dieses? Was für eine Verbindung ist zwischen einer bösen Zeitung und einem angefüllten oder leeren Magen? Was auch die Ursache davon seyn mag, so ist doch die Wirkung davon gewiß und unveränderlich. Werden etwa die Lebensgeister oder die Wirkung der Nerven (die verborgene Ursache ihrer Kraft mag auch seyn, was sie will) auf den Magen von diesem Theil gleichsam abgeleitet,

leitet, um die unruhige Bewegung des Gehirns zu verstärken, und zu unterstützen; dadurch denn der Magen mit allem seinen Zubehör und seinen Absonderungen ohne Kraft und gelähmet bleibt, und entweder Zucken bekommt, oder ganz und gar nicht wirket?

Ausser dieser schädlichen Wirkung, welche die gewöhnliche Verrichtung des Magens und der Eingeweide in Unordnung bringet, wird der ganze Umlauf des Bluts gestöret. Das Zusammenziehen und Erweitern des Herzens, das ist, die abwechselnde Bewegung, mit welcher es sich öfnet, um das Blut aus den zurückführenden Adern einzunehmen, und wieder zuschließt, um dasselbe durch die Schlagadern fortzutreiben, geschiehet nunmehr ungleich und unordentlich, da doch dieses Geschäfte so richtig und gewiß, als der Perpendikel an der Uhr, fortgehen sollte; das Herz klopfet und schlägt unordentlich, indem es bald mit Geblüte überhäuft wird,

und

und gleichsam in Gefahr zu ersticken ist, bald aber gar kein Blut erhält. Aus dieser Ursache nun müssen auch alle Absonderungen eben so unordentlich erfolgen. Etliche von den Drüsen bekommen allzuhäufige Säfte, die entweder geschwind durchgehen, oder sie zu sehr erfüllen, und gleichsam überwältigen. Andre hingegen erhalten gar nichts. Daher entsteht der plötzliche, und in erstaunender Menge sich ereignende Abgang eines blassen Urins, und heftige Thränen-Güsse. Zuweilen erfolgt grosse Trockenheit und brennender Durst; bisweilen läuft der Mund, anstatt des Speichels, voll Wasser, und es erfolgen viele andere Nerven- und hysterische Beschwehrungen und Anfälle, Ohnmachten, die fallende Sucht, u. s. w. welche allesammt die größte Unruhe und Verwirrung in dem Innersten der Nerven und Lebens-Theile des Körpers anzeigen. Ja es sind viele Arten von Krankheiten aus dieser Quelle unter einer so seltsamen, abscheulichen, und fürchterlichen Gestalt entsprungen, daß

 man

man von ihnen keine andre Ursache, als das Laster der Zauberey und der unmittelbaren Besitzung von bösen Geistern anzugeben wußte.

Bey einem langsamen, mehr stillen, aber länger anhaltendem Grame sind die Wirkungen von gleicher Beschaffenheit, jedoch nicht so heftig. Viele kleine und oft wiederholte Schläge werden durch die Länge der Zeit eben dasjenige zuwege bringen, was sonst ein einziger derber Schlag auf einmal ausrichtet. Die Beschäftigung des Magens wird weit gelinder gestöhrt und verderbt, seine Säfte verschlimmert, und alles, was er enthält, wird sauer, bitter und übelriechend werden; so, daß kein milder Milchsaft, oder gesunder Nahrungssaft jemals ins Geblüte kommen kann. Der Kranke wird also entweder cachectisch, und erhält eine üble Leibesbeschaffenheit, oder er zehrt sich aus Mangel der Nahrung ab. Daher entsteht ein Zusammenfluß verschiedener auf einander folgenden

genden üblen Zufälle, deren immer einer schlimmer als der andre ist; und wofern der Patiente seinen Kummer nicht besiegen, und das Gemüth in seine vorige ruhige Lage zurück bringen kann, so muß er mit der Zeit darunter erliegen, und es wird ihm, wie man zu sagen pflegt, der Kummer das Herz brechen.

Wer sich lange ängstiget und quält, muß ohne Zweifel sich abzehren. Denn ausser dem verderbten Zustande seines Magens, seinem verlohrnen Appetite, und seiner schwachen Verdauung, welche alles, was er genießt, nicht nur übel verarbeitet, sondern auch verderbt ins Blut gehen läßt, kann er auch bey einer solchen Gemüths-Unruhe nicht schlafen, der beunruhigte Geist hat keine Ruhe. Und dennoch geschiehet die Ernährung allein im Schlaf, in welchem die zärtern und feinern Theile des Leibes, welche durch die Arbeit des Tages verlohren gegangen sind, wieder erneuert werden, und die natürliche Stärke und Munterkeit wieder hergestellt wird.

Wenn wir wachen, so kann dieses nicht so gut geschehen, weil die beständige Bewegung des Körpers oder Gemüths immer getheilet und ungleich ist, und folglich die gleichmässige Vertheilung des Bluts zu allen Theilen verhindert wird, vermöge welcher jeder Muskelfaden denjenigen Antheil erhält, der ihm eigentlich zukömmt. Bey einem ruhigen und natürlichen Schlaf sind alle Muskeln des Leibes, das ist, alle Kräfte desselben, die von unserm Willen abhängen, zur Ruhe gebracht, und es wird in ihnen eine natürliche und nur eine gewisse Zeit anhaltende Art von Lähmung verursacht, wobey unterdessen der Durchgang des Bluts bis zu dem kleinsten Atom nicht die geringste Verhinderung leidet. Folglich gehet der Puls immer langsamer und gleicher, das Athemhohlen ist tiefer und ordentlicher, und es breitet sich der nämliche Grad von der Lebens-Wärme durch alle Theile des Körpers auf gleiche Weise aus, so, daß seine äussersten Theile mit dem Herzen einerley Grad von Wärme haben.

Da

Da der Verdruß auf diese Weise auf die Werkzeuge der Verdauung wirket, und den natürlichen Fortgang der Ernährung störet und unterbricht, so müssen daher auch Zufälle entstehn, welche denen ähnlich sind, die auf ein lange Zeit getriebenes unordentliches Leben gemeiniglich zu erfolgen pflegen. Die erste Frucht davon ist die Unverdaulichkeit mit allen ihren Zufällen, Blähungen, Aufstossen, Sodbrennen, Schlucken u.s.w. Es ist also kein Wunder, wenn zuweilen ein Anfall von der Gicht, welche, wie ich schon gesagt habe, ein Uebel ist, das von der Unverdaulichkeit und Anhäufung einer rohen und schädlichen Materie im Körper herrührt, entstehet, und oft selbst der Magen und die Gedärme davon angegriffen werden. Und in der That rühren auch die meisten kalten und mit keinem Fieber verknüpften Coliken von der Gicht her. Auch entstehen scirrhöse Verhärtungen in der Leber, Milz und Drüsen des Darmgekröses, und in dem ganzen Unterleibe. Viele solcher verhärteten Geschwülste

zeigen sich auch äusserlich, dergestalt, daß man sie mit der Hand fühlen kan. Diese arten mit der Zeit aus, und verwandeln sich in den Krebs und krebshafte Geschwüre, und viele andere gefährliche Uebel mehr, unter welchen, wie ich glaube, nicht das geringste der Umstand ist, daß der Patient lange Zeit leiden muß, ehe er stirbt.

Alle Leidenschaften müssen, wenn sie unordentlich sind, nachtheilige Wirkungen in dem Bau unsers Körpers hervorbringen. So hat eine übermäßige Freude oftmals traurige Zufälle verursacht, und ein gählinger Ausbruch von Lachen, besonders bey zärtlichen und schwachen Personen, groß Unheil angerichtet, bey welchen oft dadurch Krämpfe, Zuckungen, hysterische Anfälle und Nasenbluten hervorgebracht worden ist. Da ich aber glaube, daß der Verdruß, die vornehmsten der Leidenschaften, die uns am meisten schaden, in sich begreift, und keine metaphysische Untersuchung darüber anstellen will, so halte ich

es

es für unnöthig, hierinne weitläuftig zu seyn. Es mag genug seyn, daß ich den unmittelbaren und entfernten Einfluß des Kummers auf den menschlichen Körper gezeigt habe.

Was auch die Menschen von diesen Zufällen und ihren wunderbaren Merkmahlen, Erscheinungen und verborgnen Ursachen für Meinungen haben mögen, so sind doch dieses die drey Haupt-Quellen, aus welchen die meisten langwierigen Krankheiten, so unter ihnen herrschen, ihren Ursprung haben. Ich habe gesucht, dieselben auf eine so faßliche Art vorzustellen und zu erklären, daß ich einem jeden verständlich gewesen zu seyn hoffe, der nur über sich selbst nachdenken und urtheilen will. Nur an solche vernünftige Personen wende ich mich, und um sie hierzu desto geschickter zu machen, habe ich diese Bemerkungen und Erinnerungen vorgetragen, die weiter ausgeführt, verbessert, und auf besondere Fälle angewendet werden können. Ich brauche und will auch nicht meine vorgetra-

getragene Meinung jemanden aufdringen, so sehr ich auch durch die Beobachtungen und Erfahrungen, die ich meine ganze Lebenszeit durch darüber angestellet, darinnen bestätiget worden bin. Meine vornehmste Absicht ist dahin gegangen, die Menschen in ihrer Laufbahn ein wenig aufzuhalten, und ihnen zu überlegen zu geben, daß sie sich in derjenigen Lebensart, und in solchen Gewohnheiten, die ihnen am wenigsten verdächtig geschienen, haben irren können. Wenn sie krank sind, und zwar auf eine Zeitlang, so muß eine weit wichtigere Ursache daran Schuld seyn, als sie gemeiniglich davon angeben. Man erkältet sich nicht beständig, denn wir erkälten uns nicht so oft, als wir uns einbilden; und wenn ein gesunder und starker Mensch eine Erkältung bekömmt, welches doch nur selten geschehen kann, und dieses die Krankheit alle ist, so kann sie auch nicht lange anhalten. Allein der wahre Verlauf davon ist, daß, wenn die groben Feuchtigkeiten, der überflüßige Schleim und Schärfe, die von

einer unthätigen oder unmäßigen Lebensart herrühren, sich so sehr gehäuft haben, daß wir davon unpaß geworden sind, so sagen wir alsdenn, daß wir uns erkältet haben. Wir beklagen uns über eine schlechte Gesundheit, wenn wir vielleicht eine sehr gute verderbt und zu Grunde gerichtet haben, oder wir sprechen mit Sydenham, daß die giftige Beschaffenheit der Luft uns angesteckt habe, oder daß diese oder jene Kleinigkeit uns nicht wohl bekommen sey. Ich bin völlig und gewiß überzeugt, daß ein jeder, der mit Verstande und gesunder Vernunft hierüber nachdenken, sich selbst Gerechtigkeit wiederfahren lassen, und aufrichtig mit seinem Arzte umgehen will, gemeiniglich seine Beschwerden und Zufälle von einer oder der andern dieser drey Ursachen wird herleiten können. Und ein jeder, der dieses thut, wird ohnfehlbar einsehen, wie thöricht und vergeblich alle seine Hofnung und Vermuthung in Ansehung einer zuverläßigen und untrüglichen Hülfe von allerhand Quacksalbereyen, oder der ge-

wöhnlichen und zu gemeiner Art, die Arzney-kunst auszuüben, zu Wiederherstellung einer dauerhaften Gesundheit seyn muß; wenn die ganze Kunst zu heilen nur darinnen bestehet, daß man den Leuten etwas zu verschlucken giebt; wie unvollkommen und unschicklich daher die zu dieser Absicht vorgeschlagenen Hofnungsvollen Mittel sind, und wie wenig Brechen und Purgieren die Stelle der Mäßigkeit; Aderlassen, Schröpfen und alle gekünstelten Ausleerungen die Geschäftigkeit; und Herzstärkungen und Opiate die Gemüthsruhe ersetzen können. Heißt das nicht eben so viel, als den Körper mit herben und ungesunden Säften anfüllen, und hernach sich quälen, um sie wieder heraus zu bringen? Sie machen Löcher und Geschwüre in die Haut, um dadurch das Geblüte zu erneuern, und den Ueberfluß der Säfte abzuführen, anstatt, daß sie durch die Bewegung der Muskeln die Spitzen der scharfen eckigten Theilgen abreiben, und sie glatt, rund und leicht zu Theilen machen sollten; und brauchen be-

rauschende und dumm machende Arzeneyen, um die Empfindung des Schmerzens zu vertreiben, suchen aber nicht zugleich die Ursache desselben zu heben, sondern lassen sie noch tiefer einwurzeln. Kann wohl ein vernünftiger Mensch durch solche unnatürliche Methoden eine gute Gesundheit und ein langes Leben zu erlangen hoffen? Ein solcher mag sich unter seinen Nachbarn und Bekannten umsehen, ob nicht nur alle mit der Gicht beschwerten, sondern auch alle mit rhevmatischen Zufällen, der Colik, Gelbsucht, Lähmungen, Wassersucht und Mutterbeschwehrungen behafteten Personen, ob, sage ich, nicht diese alle entweder immer, oder nur zuweilen so beschaffen sind; und ob diese so wiederkehrenden Anfälle von dergleichen Uebeln aller ihrer Arzeneyen und Quacksalberey ohngeachtet nicht je länger je schlimmer werden, bis endlich der Schlag und die fallende Sucht sich einfinden, welche zuletzt, wiewohl lange vor der bestimmten Zeit, dem elenden Leben solcher Patienten ein Ende machen. Diese Krank-

heiten werden als ein der menschlichen Natur angeerbtes, und ein solches unvermeidliches und unheilbares Uebel angesehn, worunter man schlechterdings ohne alle Hofnung zur Genesung erliegen müßte; ob gleich, so viel ich weiß, noch kein einziger einen gründlichen Versuch hierinne gemacht, und mit Ernst an ihrer Heilung gearbeitet hat. Man hat durch alle diejenigen Mittel, welche man bishero angewandt, nur dem Kranken eine Linderung zu verschaffen gesucht, welche noch oft dazu so schädlich gewesen, daß man, um einen Augenblick Ruhe und Erleichterung zu erhalten, die zukünftige Gesundheit im voraus aufgeopfert hat. Dieses muß in langwierigen Krankheiten allemal geschehen, wenn die Cur blos durch die Kunst bewerkstelliget wird, und die Natur weiter keinen Antheil daran hat, oder wenn der Arzt alles allein, und der Patient für sich selber nichts thut.

Von

Von der
# Heilung der Gicht,
und
## andrer langwierigen Krankheiten, und der Wiederherstellung einer verdorbenen Leibesbeschaffenheit.

Nachdem ich die wahren Ursachen der Gicht, und aller ihr verwannten Krankheiten gezeigt habe, so komme ich nunmehr zu dem wesentlichsten Stücke meiner Abhandlung, ich meine zu demjenigen, worinnen ich denen, welche ein grosser Schmerz und eine langwierige Erduldung dieser Uebel aufmerksam und gelehrig gemacht hat, und die auf irgend eine Art ihre vorige Gesundheit wieder zu erlangen wünschen, alle mögliche Hülfe zu verschaffen suche. Denen jungen und wollüstigen Leuten, die noch immer in ihrer verderblichen Laufbahn fortgehen, und sich ein kurzes, aber vergnügtes Leben wünschen, habe ich nichts, als dieses zu sagen, daß ein kurzes Leben gar selten ein vergnügtes Leben

ist.

ist. Im Gegentheil bestehet solches nur aus einigen Jahren, die man in rauschenden Vergnügungen ohne eine wahre Glückseeligkeit verlebt, um hernach dafür desto größre Schmerzen, Verdruß und Verzweiflung zu empfinden.

Ich habe bereits gezeiget, daß die Gicht gar nicht erblich, oder unsrer Leibesbeschaffenheit angebohren sey, sondern durch die von Tag zu Tage anwachsende unverdaute Schärfe und überflüßige Nahrung verursachet wird, welche, wenn sie sich auf einen gewissen Grad anhäuffet, entweder einen Anfall von der Gicht, oder eine andere Beschwehrung nach Beschaffenheit des Körpers, und so lange noch Kräfte vorhanden sind, hervorbringt. Denn die Natur hilft, oder sucht sich jederzeit selbst zu helfen, und das Blut von seinen Unreinigkeiten durch die Gicht, Fieber, und allerhand schmerzhafte Zufälle, zu reinigen, welche den Appetit benehmen, und auf gewisse Zeit wieder nachlassen,

lassen, und sucht hierdurch zu verwehren, daß nicht mehrere Feinde weiter und weiter herseinbrechen, und ihre Verrichtung hindern und unkräftig machen mögen. Solchergestalt werden junge Leute, wenn ein Anstoß der Gicht glücklich und gut vorüber ist, der Plage los, und eben so gesund, als ob sie solche niemals gehabt hätten, und wenn sie Warnungen annähmen, und sich für den Ursachen derselben hüten wollten, so würden sie ohne Zweifel auch künftig davon frey bleiben. Wie ungereimt, wie lächerlich und thöricht muß nicht also ein jeder Versuch seyn, die Gicht auf die Zukunft im Voraus durch Arzneymittel zu heilen, ehe sie sich recht wieder erzeuget hat, und wirklich da ist! Kann eine solche Arzney übernatürliche Kräfte haben, und einen alten abgelebten Mann, der zu allem träge ist, und keine Empfindungen mehr hat, geschickt machen, daß er verdaue, oder der Ueberfluß seiner täglichen Unmäßigkeit wieder von ihm gehet? Das ist, ist sie vermögend, ihm mehr leb-

hafte

hafte Kräfte zu verschaffen, als er im ein und zwanzigsten Jahre, oder da ihn die Gicht zum erstenmal überfiel, hatte. Des Herzogs von Portland Pulver (*) schien zwar so was auszurichten, und in der That vertrieb es die Gicht auf zwey bis drey Jahr. Allein, was half es, und was wurde wirklich damit ausgerichtet? Es war ein starkes, würzhaftes, bittres Mittel, welches eine geraume Zeit in grosser Menge mußte eingenommen werden. Seine Wirkung war, daß es ein beständiges Fieber, die Zeit über, als man es gebrauchte, unterhielt, es verursachte, daß das gichtige Wesen immer in den Säften herumgetrieben wurde, und verhinderte, daß sich solches nirgends fest setzen konnte. Da aber kein

*) Siehe Medical observations and Inquiries Vol. I. p. 126. Es besteht aus der Wurzel von Enzian, der runden Osterlucey, den Blättern von Gamanderlein, Schlagkraut, (chamaepitys) und den Spitzen von Tausendgüldenkraut. S. auch das allgemeine Dispensatorium, den zweyten Band, S. 731. der deutschen Uebersetzung. A. d. U.

kein langes Leben bey einem beständigen Fieber zu hoffen war, so mußten viele, die es gebraucht hatten, in kurzen ihren Geist aufgeben. Ich habe selbst zwischen funfzig bis sechzig Vertheidiger dieses Pulvers, welche theils meine Patienten, theils meine guten Freunde und Nachbarn waren, gekannt, die auf eine kurze Zeit durch dessen Gebrauch geheilet zu seyn schienen: allein in weniger als sechs Jahren waren sie alle sammt und sonders todt.

Es sind auch mit andern Arzneyen ähnliche Versuche, nicht nur bey Heilung der Gicht, sondern auch bey den meisten andern langwierigen Krankheiten angestellt worden, die aber gleich schädliche Wirkungen verursacht haben. Man hat Spiesglas und Quecksilber, welche man durch die Scheidekunst zu Giften gemacht, gebraucht; besonders hat die Auflösung des sublimirten Quecksilbers manchen Magen so sehr verdorben, und gleichsam zerrissen, daß er hernach niemals die gewöhnliche Kost vertragen können. Der tödliche Nachtschatten und Schierling, nebst

mehr dergleichen schrecklichen Vergiftungen sind als verändernde Mittel (alteratives) zur Wiederherstellung der Gesundheit gegeben worden. Die Absicht hierbey scheint wohl zu seyn, den Kranken zu töden oder zu heilen, und eine gewaltsame Bewegung oder Fieber in dem Körper zu erregen, in der Hofnung, daß solches stark genug seyn werde, die Arzney und Krankheit auf einmal auszuführen. Der Ausgang war allezeit, ausser einer scheinbaren und betrüglichen Besserung, welche durch die ersten Wirkungen der Arzney auf den Körper hervorgebracht wurde, daß der Körper unter der doppelten Last erstickt, und durch das wiederholte Anstrengen viel eher, als durch die Krankheit selbst, erschöpft wurde.

Kann ein vernünftiger Mensch wohl vermuthen, daß Krankheiten, die man sich durch sein ganzes Leben zugezogen, und noch täglich durch eine fortgesetzte ungesunde Diät oder durch üble Gewohnheiten vermehrt, gleichsam durch einen einzigen Streich oder Schlag mit einem Zauberstabe gehoben werden können?

Oder

Oder daß das Uebel, es mag nun noch so oft curirt oder weggezaubert worden seyn, nicht wiederkommen sollte, so lange als der Patiente in der vorigen Lebensart, die ihm dasselbe zuerst verursacht, fortfähret?

Was muß man nun denn wohl thun? Wie und auf was für Art können denn langwierige Krankheiten und Cachexien geheilet, und die Gesundheit wieder hergestellet und befestiget werden? Ich habe bereits gezeiget, daß die Ursachen dieser Uebel aus der Trägheit, Unmäßigkeit und Verdruß entstehe; und wenn dasjenige, was ich schon gesagt habe, der Wahrheit gemäs und von einiger Wichtigkeit ist, so fallen auch die Hülfsmittel dargegen leicht in die Augen, nemlich Bewegung, Mäßigkeit und Gemüths-Ruhe. Aber vielleicht wird man sagen: die Mittel sind wohl gemein und leicht, sie lassen sich aber nicht wohl ausüben. Würdet ihr wohl zu dem unvermögenden Krüppel, der nicht mehr stehen kann, sagen: Er solle sein Bette aufheben und wandeln? Zu einem, der keine Lust zu essen hat, er solle fasten? oder

zu dem Elenden, der für Schmerz nicht schlafen kann, er solle ruhig seyn? Gewiß, so thöricht bin ich nicht, daß ich dieses verlangen sollte. Solche Patienten müssen allerdings durch Arzeneyen unterstützt werden, und wenn nicht dieselben schon alle ihre Kräfte bereits erschöpft haben, so wird ihnen ein wenig Ruhe, oder ein günstiger Zwischen-Raum verschaft werden, welcher nebst andern künstlichen mitwürkenden Hülfsmitteln zu ihrer Besserung sehr viel helfen kann; und wenn diese gehörig gebraucht werden, so werden die Kräfte immer mehr und mehr zunehmen, bis die Kranken wieder zu einer vollkommnen Gesundheit gelangen. Es ist aber gegenwärtig meine Absicht nicht, von der besondern Art von Arzney-Mitteln, welche jede langwierige Krankheit erfordert, weitläuftig zu handeln. Dieses würde mich in ein gar zu weites Feld führen, und mich von meinem Vorhaben zu weit entfernen. Dieses ist bloß, daß ich beweisen will, es können alle und jede Grade der Gicht geheilet, ein vorhandener Anfall gemildert, das Wiederkom-

derkommen derselben ohne Gefahr auf immer abgehalten, und der Patient vollkommen gesund gemacht werden.

Lasset uns den Fall annehmen, daß ein Mensch von vierzig bis funfzig Jahren wenigstens zwanzig Anfälle von der Gicht gehabt habe, wodurch die meisten von seinen Gelenken so dick angelaufen und geschwollen sind, daß ihm das Gehen und eine jede andere Bewegung beschwerlich wird. Gesetzt nun, er hätte zuweilen die Gicht im Magen, ein wenig im Kopfe, und oft in dem ganzen Körper gehabt, so, daß er überhaupt sehr krank und niedergeschlagen ist, besonders ehe ein rechter Anfall kömmt, der ihm Erleichterung verschaft. Ich glaube gewiß, daß der Zustand dieses Patienten so beschaffen ist, daß er hier zu einem Beyspiel dienen kann; da man, wie ich hoffe, nicht erwarten wird, daß ein jeder alter Krüppel, dessen Gelenke wie zu Kalk verbrannt, dessen Knochen ganz zusammen verwachsen sind, der vom Bette zu Tische, und von da wieder hinein geschleppt werden muß, als ein Gegenstand der Arzney-

Kunst und Heilung könne angesehen werden. Gleichwohl aber kann es geschehen, daß er einige Linderung seines Schmerzens, wenn er sehr groß ist, welches doch in diesem Falle gar selten zu geschehen pflegt, hierdurch erlangen kann. Ich will also lieber das erste Beyspiel hier annehmen.

Gesetzt, es wäre die Frage, wie das heftige Wüten eines Anfalls der Gicht gestillet werden könne: so kann solches füglich vermittelst einer gelinden und langsam wirkenden Purganz geschehen, die aber weder zu kalt, noch zu hitzig, sondern mittelmäßig erwärmend seyn muß. Man kann solche entweder in einer kleinen Dosis geben, und so oft wiederholen, daß der Kranke dadurch binnen vier und zwanzig Stunden ein oder zweymahl zum Stuhlgang gereitzet wird; oder sie in einer stärkern Dosis in kürzerer Zeit nehmen, nachdem es die Kräfte des Patienten und die Nothwendigkeit erfordern. Hierauf können einige lindernde und die Schärfe absorbirende Verbesserungs-Mittel, oder auch gelinde schmerzstillende Mittel verordnet werden.

Man kann auch schickliche Breyumschläge ohne Gefahr auf den leidenden Theil legen, welche die Schmerzen oft zum Erstaunen stillen. Die Kost kann in soviel von weicher und leicht verdaulicher Speise bestehen, als hinreicht, die Lebens-Geister so zu erhalten, daß der Patiente nicht zu schwach wird. Ich wünschte aber, daß er allerdings etwas schwach würde, und ich ermahne denselben, diese Schwachheit so lange gedultig zu ertragen, bis die Natur mit Hülfe weicher und saftiger Kost den Anfall selbst zu erleichtern Zeit gewinnt. Dieser leichte Weg, einem Gicht-Anfall zu begegnen, schickt sich für jedes Alter; und wenn der Patient noch jung und bey Kräften, der Schmerz aber sehr groß ist, so kann eine kleine Aderlaß im geringsten nicht schädlich seyn. Bey diesem Verfahren habe ich oft gesehen, daß in einer Zeit von zwey oder drey Tagen ein starker Ansatz von der Gicht sehr gelindert und erträglich gemacht worden ist, und es ist dieses Verfahren in Ansehung der zukünftigen Folgen weit besser, als wenn man es geduldig erträgt,

und ungehindert seinen Fortgang nehmen läßt. Denn je geschwinder die Gelenke von der Spannung und Schmerz befreyt werden, desto weniger hat man alsdenn zu besorgen, daß Verstopfungen darinnen zurück bleiben, oder daß sie gleichsam zu Kalk verbrannt, und ganz und gar steif und unbrauchbar werden. Allein die gegenwärtige Art, bey der Gicht zu verfahren, ist dieser Methode ganz entgegen gesetzt. O laßt euren Muth nicht sinken, erhaltet eure Kräfte, schreyen sie, und lasset das Uebel auf alle Fälle nur nicht in den Magen kommen, wohin, wenn es schon in einem entfernten Theile des Körpers wütet, dasselbe nicht leicht zu kommen pflegt. Da ihr nicht essen könnt, so müsset ihr desto mehr trinken. Folglich werden Herzstärkungen, abgezogene Wasser und kräftige Fleisch-Brühen genossen. Hierdurch aber entstehet ein starkes Fieber, der Schmerz wird wütender und anhaltender, und ein Anfall, der sich von selbst innerhalb einer Woche verlohren hätte, dauert nun wohl vier oder sechs Wochen, und wenn er endlich vorüber ist, so

läßt er doch eine solche Verstopfung und Schwachheit in den Gliedern zurück, daß der Patiente auf immer zum Krüppel wird. Alles dieses werden, wie ich hoffe, meine Leser auf die gehörige Art und unter den gehörigen Bedingungen verstehen, denn es ist ohnstreitig eine grosse Verschiedenheit in den gichthaften Zufällen, jedoch aber kein einziger, worinnen nicht eine vernünftige Heilung statt finden könnte.

Allein der Hauptumstand, und den jedermann am meisten wünscht, ist, zu verhindern, daß das Uebel nicht wiederkomme, oder zu machen, daß ein andrer Zufall daraus entstehet, und die Gesundheit wieder hergestellt werde. Die meisten Menschen würden sehr vergnügt und glücklich seyn, wenn sie dieses durch ein medicinisches Kunststück, oder ein geheimes Arzneymittel bewerkstelligen, und dennoch mit völliger Freyheit nach ihrem Gefallen leben, und allen Begierden und Leidenschaften sich unumschränkt überlassen könnten. Einige elende und einfältige Menschen, welche weder von der Philosophie, noch den

Ursachen und Wirkungen etwas wissen, haben dergleichen Versuche von geschickten Betrügern zum größten Nachtheil ihrer Gesundheit und mit Gefahr ihres Lebens an sich machen lassen, indem sie von der Arzneykunst etwas erwarteten, das sie für sich allein niemals geleistet hat, noch leisten kann, nähmlich die Kraft, langwierige Krankheiten zu heilen.

Es würde hier, wie ich glaube, unnöthig seyn, wenn man das unwirksame aller gewöhnlichen Curarten als: der Brech- und Purgiermittel, des Aderlassens, Schröpfens, der Blasenpflaster, Fontanelle u. s. w. zeigen wollte. Sie sind nicht nur in der Gicht, sondern auch in allen andern langwierigen Krankheiten, ohne Wirkung befunden worden. Alle verständige Aerzte müssen wissen, daß solche nur auf eine Zeitlang Dienste thun, und daß man sie nur als Mittel einer geschwinden Linderung gebraucht. Lasset uns dahero untersuchen, nach was für einem thunlichen Plane eine solche Person, wenn ein Anfall von der Gicht glücklich vorbey

ist, die Wiederkunft desselben auf immer ver=hindern, und ihre Gesundheit überhaupt so befestigen möge, daß solche nicht gleich bey der geringsten Erkältung, oder durch einen andern kleinen Zufall wieder über den Haufen geschmissen wird.

Ich habe bereits gezeigt, daß täglich ein gewisser Grad von Thätigkeit oder körperlichen Bewegung, die man sich von Zeit zu Zeit machen muß, nothwendig erfordert wird, nur den Umlauf des Geblüts zu befördern, und solchen so zu verstärken, daß die kleinsten Blutgefässe immer offen, und das alte Blut rein erhalten, und aus den frischen Säften neues Blut gemacht wird. Wenn der Patient hierzu nicht kann gebracht werden, so wird er niemals seine vollkommene Gesundheit wieder erhalten. Kann er also überhaupt weder gehen noch reiten, so muß er zu beyden nach und nach mit Hülfe anderer gebracht werden, welches auf folgende Weise geschehen kann. Man lasse ihn, wenn er im Bette liegt, von einem oder zweyen willigen und geschickten Dienstboten mit wöl=

lenen Lappen, oder dergleichen Handschuhen, welche vorher mit Harzen und gutem Gewürze wohl durchräuchert worden, über und über wohl abreiben. Dieses wird überaus viel beytragen, um seine Nerven und Fiebern zu stärken und fester zu machen, und ohne irgend eine Ermüdung von seiner Seite das Blut in Bewegung bringen. (*) Diese Verrich-

*) Dieses mag vielleicht denen als eine unbedeutende Vorschrift vorkommen, die es niemals gehörig versucht haben; allein es hat das Reiben sehr gute Folgen, und die Wirkung davon ist erstaunend, zumal für diejenigen, welche gar zu schwach sind, sich selbst eine Bewegung zu machen. Ein gelindes Reiben kann eine schwache oder gar keine Wirkung haben. Wenn aber dasselbe oft wiederholet, und mit wohl durchräucherten Flanell-Lappen fortgefahren wird, so wird es zu Wiederherstellung und Erhaltung der Gesundheit gewiß mehr, als alles andre, beytragen. Denn es befördert den Umlauf des Bluts und die Ausdünstung, es öfnet die Schweislöcher, dringt durch die kleinen Canäle, reiniget das Blut, und dieses geschieht ohne den Beystand einer innerlichen Reitzung. Eben dieses erhält auch die Pfer-

Verrichtung wird in der erst fünf bis zehn Minuten Zeit erfordern, sie muß aber, im Fall, daß er sich selbst gar nicht helfen kann, des Tages über fünf bis sechs mal wiederholet werden. Wenn er aber im Stande ist, nur hundert Schritte zu gehen, so wird es ihm ungemein zuträglich seyn, diesen Weg von hundert Schritten alle zwey Stunden zu spatzieren. Sollte er auch das Fahren vertragen können, so mag er sich des Wagens so lange bedienen, bis er des Fahrens müde wird. Die ersten paar Tage wird ihm zwar diese Bewegung ein wenig verdrießlich fallen, und matt machen. Allein, wenn er bis zum vierten Tage Geduld hat, damit auszuhalten, so verspreche ich ihm schon etwas Besserung, und Zunahme in seinen Kräften, welche er aber so, wie junge Handelsleute ihr kleines Capital, anwenden muß, sich immer mehr und mehr damit zu erwerben. Also muß er mit Reiben, Gehen und Fahren alle

Tage

Pferde bey sehr weniger Bewegung ziemlich gesund.

Tage immer weiter und weiter fortfahren, und allemal beym ersten Müdewerden ein wenig wieder ausruhen, bis er vermögend ist, eine halbe Meile in einer Strecke fortzugehn, oder zwo Meilen ohne irgend eine Ermüdung zu reiten (*). Dieses wird in der Absicht angerathen, um alles Uebrige von denen gichtartigen Verhärtungen, welche die Gelenke verstopft, oder in einigen Hohlungen und Winkeln des Leibes verborgen gewesen, desto geschwinder zu vertreiben und wegzuschaffen, um den Umlauf der Säfte in den kleinsten Theilen, und alle Absonderungen und Ausleerungen des Körpers zu befördern und zu erhalten. Und ob gleich diese Absicht nicht anders, als nur sehr unvollkommen durch die Arzneykunst erreicht werden kann, so kann sie doch gewiß durch einige wenige, und mit Fleiß ausgesuchte, gelinde Spießglasbereitungen, und absorbirende und seifenartige Auflösungs- und die Schär-



*) Man hat hier die englischen in deutsche Meilen verwandelt. A. d. U.

se verbessernde Mittel befördert werden; welche so, als wenn man Schrot oder kleine Steine in einer Flasche herumschüttelt, auch bey einem ziemlich starken Erschüttern den Körper ausfegen, ohne Bewegung aber von gar keiner Wirkung seyn werden (*).

Indem

*) Die Asiatischen Völker sind in dem Vergnügen weit erfahrner, als wir, und weil sie wissen, daß solches ohne einen gewissen Grad von zärtlicher Gesundheit nicht erlangt werden kann, so thun sie eben so viel, als um sich in diesem ruhigen und weichlichen Zustande ohne Schmerzen zu erhalten, nöthig ist. Die Reichen unter ihnen unterhalten gewisse Leute, Champoers genannt, von welchen sie alle Tage, zum wenigsten zweymal, über den ganzen Leib sich abwischen, reiben, streichen und klopfen lassen, damit das Geblüte recht bewegt, und die Blutgefässe offen erhalten werden mögen; ohne daß sie dabey sich selbst bemühn, und ihre Kräfte anstrengen dürfen. Diese tägliche Uebung ist in den warmen Gegenden, wo die Einwohner in der größten Trägheit leben, nicht allein nothwendig, sondern verschaft ihnen auch ein grosses Vergnügen. So gar die Griechen und Römer fielen, als sie anfiengen, im Ueberflusse zu leben, beyna-

Indem wir uns also bemühen, alle die alten Verstopfungen zu zertheilen, die kleinen Gefässe zu eröfnen, auch das Geblüt wieder rein zu machen, damit der Patient nach und nach geschickt werde, eine gewisse Art von Bewegung und Arbeit täglich vorzunehmen; so muß auch ebenfalls in der Wahl der Kost grosser Fleiß angewendet werden, damit keine neue Schärfe die alte vermehret, und also diese heilsame Wirkung aufhält und verhindert. Seine Kost muß weich, gelinde und leicht verdaulich seyn, und nur in mässiger Menge genommen werden, so, daß solche den Magen und das Eingeweide so wenig, als möglich, drücket noch beschwehret; und weder einige Säure, Bitterkeit oder üblen Geschmack verursachet, noch auf irgend eine Art jene Eigenschaften verlieren, welche, wenn ein gutes Geblüte bereitet werden soll, erfordert werden. Dergleichen Gerichte sind erstlich, frisch gelegte Eyer, welche so gesotten

beynahe auf eben dergleichen Gewohnheiten, und wurden fast alle Tage gerieben, gebadet und gesalbet. —

ten sind, daß das Weiß gar nicht herbe ist, gute Kaldaunen, Kalbsfüsse, Hühner, Rebhühner, Caninichen, und die meisten Sorten weicher Fische, als Barmen, Schellen, Platteis u. s. w. alle Arten von Schaalfischen, besonders frische rohe Austern. In kurzem wird er Kräfte genug haben, um Rindfleisch, Schöpsenfleisch, Lammfleisch, Schweinefleisch, Wildpret u. s. w. zu essen; allein diese müssen alle blos in ihrer eignen Brühe, sehr weich gekocht, und gar keine andre gesalzne Brühe dazu gegossen werden: an deren Stelle gekochte oder gedämpfte grüne Gewächse und Sallate, als Lattich und Endivien gebraucht werden können. Auch kann man zum Ueberflusse etwas, das nicht ungesund ist, dazu essen lassen, als leichte Puddings, Eyerkuchen, Fladen, Milch-Torten, allerley gebackene Sachen, u. s. w. nebst allerhand Arten reifer Früchte von allen Jahrszeiten. Weil aber der Wein unter zehn Personen, die mit der Gicht behaftet sind, gewiß bey neunen dieselbe herfürbringt, so muß derselbe entweder gänzlich vermieden,

oder nur sehr sparsam, und nicht gar zu oft getrunken werden. Wie wird aber dieses angehn können? Kann ein Mensch, der solchen alle Tage zu trinken gewohnt ist, und sich einbildet, ohne Wein nicht leben zu können, und glaubet, sein Daseyn beruhe darauf, ohne Gefahr davon abstehn? Wenn er meynt, er müsse schon an dem Versuche, wenn er solchen auf einmal liesse, sterben, so kann er es doch füglich nach und nach thun, indem er täglich nur immer die Hälfte des gestrigen Maasses zu sich nimmt, bis er zuletzt gar keinen Wein mehr trinket. Die größte Gefahr aber, bey dieser Art sich den Wein zu entwöhnen, wird wohl diese seyn, daß man es gar nicht unternimmt, sondern gleich einem die Buße aufschiebenden Sünder seinen bußfertigen Vorsatz immer bis Morgen aufschieben wird (*).

Wenn

*) Ich habe alle nur mögliche Untersuchung dieses Haupt-Punkts wegen unter lebendigen und Augen-Zeugen angestellt, indem ich mich nicht blos auf Bücher verlasse; weil ich weiß, daß es bey Schriftstellern nichts

Wenn er es auf einmal thäte, so ver-
wette ich mein Leben, daß er nicht davon



---

nichs ungewöhnliches ist, daß sie, anstatt ihr System auf Beobachtungen und Erfahrungen zu gründen, vielmehr beydes so zu drehen und zu erklären suchen, wie es mit ihrer Meynung am bequemsten übereinkömmt. Ich bin von einem Arzte, welcher über dreyßig Jahr in der Türkey practiciret, versichert worden, daß er von der Donau bis zum Euphrat in Mesopotamien keinen einzigen mit der Gicht behafteten Türken wahrgenommen hätte. So bin ich auch von einem unsrer Abgesandten, welcher viele Jahre zu Constantinopel sich aufgehalten hatte, benachrichtiget worden, daß die Gicht und andere daher entstehende Krankheiten bey Hofe nichts ungewöhnliches wären. Es scheinet aber auch, daß die Höflinge keine solchen guten Muselmänner sind, als die Landleute; denn sie trinken ohne alle Mäßigung Wein, Branntewein und allerley abgezogene Wasser.

Man hat mir auch zuverläßig berichtet, daß die Gentoos oder Maratten, welches ein Indianisches Volk ist, das bey einer einfachen Mäßigkeit hauptsächlich vom Reiß lebet, weder von der Gicht noch überhaupt von einer langwierigen Krankheit unter sich etwas wissen. —

sterben wird; er wird 3. oder 4. Tage unruhig seyn, und das ist auch alles. Er mag seinen Trank verändern, und ein wenig gut braun- oder gelindes Doppelbier statt des Weins trinken, bis er nach und nach zum Nachbier und Kofend kömmt, welcher, gut rein Wasser ausgenommen, das gesundeste und beste unter allen Getränken ist. Meine Meinung ist nicht, daß man Zeit Lebens eine solche Enthaltsamkeit in Ansehung des Weins beobachten solle, sondern nur so lange, als man noch mit der Krankheit zu streiten hat. Sobald aber der Patient in so weit wieder hergestellt ist, und Kräfte hat, sich so viel Bewegung zu machen, daß er sie vollends überwinden kann, so kann er wöchentlich ein oder zweymal ein Nösel Wein des Vergnügens und der Gesellschaft wegen trinken, wenn er dieselbe nicht, ohne solches zu thun, geniessen kann. Denn ich werde niemals so grausam und mürrisch seyn, eine der grösten Freuden des menschlichen Lebens zu verbieten, oder nur zu unterbrechen.

Wollte jemand sagen: Es sey besser, ein bis-

bischen Gicht auszustehn, als sich alle diese Mühe geben, und unter solchem Zwange so eingeschränkt zu leben; so antworte ich hierauf, daß diese zwey Dinge einander gar nicht entgegen gesetzt sind, und man keineswegs darunter wählen kann. Vielleicht würde es besser seyn, frey und ungebunden zu leben, und lieber dann und wann einen kleinen Anfall von der Gicht zu haben, der bald wieder überhin geht, und keine Folgen weiter zurück läßt. Aber dieses ist selten der Fall. Das Unglück ist, daß ein geringer Anfall immer stärker und heftiger wiederkömmt, bis endlich die würkliche Gicht darauf erfolgt, welche den Menschen lähmt, sein Leben um zwanzig Jahre verkürzt, und ihm den übrigen Theil desselben verbittert. Wenn aber einer nach dieser Beschreibung, welche allemal unter zehnmalen gewiß neunmal eintrift, noch auf seiner Meinung beharret, und glaubt, es sey besser eine solche Gicht zu haben, als sich zu dem stufenweisen Gebrauche seiner eignen Kräfte, zu einer Aufmerksamkeit auf sich selbst, und zu einer genauen Ordnung zu gewöh-

nen, und in einer mäßigen Enthaltsamkeit und Selbstverläugnung ein oder zwey Jahr, wie ich hier gerathen habe, fortzufahren; so kann ich ihm weiter keine Antwort hierauf geben, sondern ich muß ihm seine eigne Wahl frey stellen.

Die Strenge bey dieser Bemühung, und diese Enthaltsamkeit und Sorgfalt darf eben nicht länger dauren, als die Krankheit und ihre Wirkung anhält. Wenn durch ihren fortgesetzten Gebrauch, mit Hülfe der hier empfohlnen Arzney, der Patient seine Gesundheit, und die Kraft der Bewegung wieder erhält, so mag er solche zu erhalten und dauerhaft zu machen suchen, und seine Ansprüche auf ein hohes Alter nach folgendem Entwurfe behaupten.

Er muß niemals die zur Gesundheit und langem Leben gehörigen drey Hauptstücke, nemlich Bewegung, Mäßigkeit und Gemüths-Ruhe aus den Augen verlieren. Wenn er dieses beständig bemerkt, so kann er alles, was der Erdboden herfürbringt, essen und trinken. Seine Kost aber muß

schlecht, einfach, trocken, weich, und nach Beschaffenheit seiner Verdauung eingerichtet seyn. Er muß nur von einem oder zwey Gerichten bey einer Mahlzeit essen, und dabey wieder in kurzen sich mit der Hälfte seines sonst gewöhnlichen Antheils begnügen lassen; denn jedermann pflegt gemeiniglich zweymal so viel zu essen, als er sollte, weil er durch die Mannigfaltigkeit der Speisen gereitzt wird. Er muß von allen Getränken, es sey von welchen es wolle, nur wenig, und nicht eher, als bis er mit speisen fertig ist, trinken: denn je trockner die Kost eines Menschen ist, desto besser wird sie ihm bekommen. Er soll nie öftrer, als höchstens ein oder zweymal die Woche über Wein trinken, und dieses muß er noch als eine überflüßige Nachsicht ansehen. Geschieht es, daß er zuweilen unverhoft zu einer Ausschweifung verleitet wird, so muß er des Tages darauf durch Mäßigkeit und doppelte Bewegung es wieder einbringen; und er kann ein wenig Magnesia und Rhabarber als ein gutes Verwahrungs-Mittel einnehmen. Oder, wenn er

mit den ihm ungewöhnlichen Ueberfluß nicht schlafen kann, so trinke er nur Wasser, stecke den Finger in den Hals, und errege dadurch ein Erbrechen, dadurch er solchen von sich giebt. Ich habe einige alte Soldaten gekannt, welche lediglich durch die Beobachtung des Kunstgriffs, den genossenen Ueberfluß niemals mit zu Bette zu nehmen, alle ihre Cameraden zwey bis dreymal überlebt haben. Eine mittelmäßige Mahlzeit des Tages über ist reichlich genug; dahero ist es gesunder, das Abendessen einzustellen, weil man die Mittags-Mahlzeit nicht so füglich entrathen kann. Anstatt des Abend-Brodts werden gute reife Früchte nach Beschaffenheit der Jahres-Zeit sehr gesund seyn, welche der Verstopfung widerstehn, die Eingeweide frey und offen halten, die hitzigen, scharfen Unverdaulichkeiten aber erfrischen, verbessern, und zugleich mit ausführen.

Seine Bewegung darf weiter in nichts, als in der anhaltenden Gewohnheit bestehn, sich Abends und Morgens drey bis vier Minuten lang über und über zu reiben, alle

Tage eine Meile zu Fusse zu gehn, oder ein paar Meilen zu reiten, oder eine andre Arbeit und Leibesübung, so dieser beykömmt, vorzunehmen. Bey nassem Wetter sehe ich keinen grossen Schaden, wenn er einen Mantel um die Schultern hängt, und so gar im Regen spatzieren geht. Die einzige Schwierigkeit dabey ist nur, den festen Entschluß zu fassen, sich heraus zu wagen; und eine kleine Gewohnheit wird alsdenn alle Gefahr für der Erkältung aufheben, und ihn durch endliches Abhärten, wider die Möglichkeit derselben, bey dieser und allen andern Gelegenheiten verwahren. Scheuet er aber die Gefahr, so muß er sich zu Hause eine ähnliche Bewegung machen, zumal wenn die schlechte Witterung lange anhält. Ich empfehle jedermann, und besonders den gichthaften Personen, sich alle Tage die Füsse zu waschen, und des Sommers nicht über sieben, des Winters aber nicht über acht Stunden im Bette zu bleiben.

Derjenige, welcher denkt, daß bey dieser Lebensart nicht Vergnügen genug herrsche,

wird, wie ich gewiß überzeugt bin, kein grösseres bey irgend einer andern antreffen. Denn eine gute Gesundheit, wobey alle natürliche Begierden und Empfindungen in einer vollkommnen Ordnung sind, ist der einzige wahre Grund des Vergnügens. Derjenige aber, welcher solches auf falsche Grundsätze der Küchen- oder Arzneykunst bauet, und bis zur Ausschweifung durch allerhand Reitzungsmittel erzwingen will, wird anstatt des gehoften Vergnügens und Wollust, Schmerz und Mißvergnügen erfahren.

Vermuthlich werden einige vernünftig genug seyn, dieses einzusehn, und sagen: dieser Plan ist sehr einfach; es ist nichts ausserordentliches darinne, keine wunderbare Entdeckung von verborgenen Kräften der Arzneymittel: wird aber wohl auch eine Verordnung, welche so leicht zu befolgen ist, vermögend seyn, die Gicht, den Stein, die Wassersucht u. s. w. zu curiren? Wird solche auch die verderbte Leibesbeschaffenheit wieder herstellen, und die schon lange mit diesen Beschwerden behafteten Personen völlig gesund

machen können? Ich antworte hierauf: Daß wenn ich der Erfahrung meines ganzen Lebens, wenn ich den Versuchen, die ich an meiner eignen Person gemacht, trauen darf, indem ich hierdurch selbst nicht nur von der Gicht, von welcher ich in meinen jüngern Jahren vier harte Anfälle gehabt, befreyet, sondern auch, da ich so weit herunter war, als nur ein Mensch durch die Colik, Gelbsucht, und einer ganzen Menge andrer Zufälle gebracht werden kann, mich wieder erholet, und eine vollkommene Gesundheit wieder verschaft habe, die ich nun seit zehn Jahren ununterbrochen geniesse: Ich sage, wenn ich mich auf alles dieses gewiß verlassen kann, so kann ich mit aller Zuversicht öffentlich behaupten und versprechen, daß der hier empfohlne Plan, (wenn man Anfangs sich dabey der auf jeden Fall besonders eingerichteten Mittel bedienet, wodurch zugleich viele verdrießliche Nebenzufälle verbessert werden) wenn er mit gnugsamen Muthe und Geduld durchgesetzt wird, andern eben so gewiß die nemlichen Vortheile, wie mir, verschaffen,

und alle heilbaren Krankheiten heilen wird. Sollte aber dieses gar zu viel versprochen heissen, so bitte ich zu erwegen, daß ein mit verderbten Gewohnheiten geführtes Leben alle diese Krankheiten verursacht; daher denn nichts wahrscheinlicher ist, als daß nur die guten Gewohnheiten allein, wenn sie lange fortgesetzet werden, die Gesundheit wieder herzustellen und zu erhalten vermögend sind.

Was kann der beste Arzt mehr thun, als bey seinen Patienten die wahren Ursachen der Krankheiten untersuchen und ihnen anzeigen? Ihr werdet sagen: Er muß auch ein Hülfsmittel erfinden; auch dieses wird er, so lange, als er kann, thun. Aber ich will euch ein Geheimniß entdecken: Seine Mittel bestehn hauptsächlich in Purganzen, und so lange als euer Körper das Scheuren und Fegen vertragen kann, (*) wird er euch auf einige

*) Paracelsus war ein guter Chymist, aber ein elender Arzt; er erfand diejenige Arzney, welche er sehr lächerlich Elixir proprietatis nannte, und von ihrer Kraft und Wirkung, so thöricht war er, sich Methusalems

einige Zeit eine scheinbare Hülfe damit verschaffen. Allein wenn der Körper anfängt sich abzunutzen, so reichen seine Mittel nicht zu. Ihr müsset also bessere Wege versuchen; ihr müsset die Ursachen nicht so oft wiederholen, denn er kann nicht immer so geschwind aufbauen, als ihr niederreisset. Kurz, ihr müsset eure Lebensart verbessern, und eure schlimmen Gewohnheiten in gute verwandeln; und wenn ihr die langsamen Wirkungen der Natur auf die gehörige Art unterstützet, und mit Geduld abwartet, so werdet ihr nicht Ursache haben, euch nach euren vorigen Vergnügungen wieder zu sehnen.

Wir

---

salems Alter versprach. Im Anfange that sie Wunder, scheurete und führete alle seine Unverdaulichkeiten ab, und erhielt ihn einige Zeit munter und frisch. Als er sich aber gar zu lange darauf verließ, und allzuoft davon einnahm, so verlohr sie nicht allein ihre Kraft zu wirken, sondern er that sich selbst damit den grösten Schaden, und starb, ohngeachtet seines Elixirs, so viel ich weiß, im sechs und dreyßigsten Jahre seines Alters.

Wir Menschen haben die Gewohnheit gar zu lieb, welche uns, fast eben wie die Natur selbst, zum Guten oder Bösen bildet und einrichtet, daß wir also sehr vorsichtig und aufmerksam auf unser tägliches Betragen seyn müssen, damit uns solches zur Befestigung unsrer Gesundheit, und nicht zum Untergange derselben gereichen möge. Nicht dasjenige, was wir nur zuweilen vornehmen, kann uns so sehr schaden, aber das, was wir alle Tage thun, muß uns entweder gut oder nachtheilig seyn, und entweder unsre Gesundheit oder unsre Krankheiten auf Zeitlebens befestigen.

Wenn nach diesem allen ein Mensch sagen wollte: Dieser Zwang, diese Sorgfalt bey der Wahl dessen, was gesund ist, diese beständige Wachsamkeit auf alles, was wir unternehmen, würde uns das Leben so beschwerlich machen, daß die Gesundheit nicht werth wäre, sie unter solchen Bedingungen zu besitzen; so rathe ich einem solchen, etwas inne zu halten, und diese Dinge, ehe er sie noch verwirft, und ob auch bessere Mittel vorhan-

den

den sind, wohl zu untersuchen. Es wird ihm nichts schaden, wenn er es auf ein oder zwey Monate versucht. Thut er solches, so schmeichle ich mir, daß ihm die Gewohnheit den grösten Theil seiner Beschwerde lindern, und wenn er darinnen fortfährt, diese Lebensart nicht allein erträglich, sondern sogar angenehm machen wird. Glaubt er die Gesundheit auf leichtere Bedingungen zu besitzen, so fürchte ich, er wird sich erbärmlich betrügen; denn die Gesundheit ist hierinnen einer Schönen ähnlich, welche durch unsere eigene Aufmerksamkeit, Bemühungen und Fleiß erlangt, nicht aber durch Geld gekauft werden kann. Derjenige aber, welcher eines von beyden zu kaufen denkt, wird das Unglück haben, zu befinden, daß es, ob er es gleich bezahlt, nicht lange sein Eigenthum bleiben wird.

Aber es kann auch andre geben, welche ein langwieriges Leiden geduldig und vernünftig gemacht hat. Diese können froh seyn, daß noch auf irgend eine Art ein bischen Gesundheit zu haben ist; und es wird

sehr

sehr tröstlich für sie seyn, zu wissen, daß kein kränklicher Zustand so schlecht beschaffen seyn kann, voraus gesetzt, daß die Eingeweide nicht tödlich verletzt sind, von welchen sie nicht, wenn sie eine standhafte Geduld bey der Ausübung dieser Regeln beweisen, zur gewünschten Gesundheit und Lebhaftigkeit wieder hergestellet werden könnten. Ich sage dieses den Schwachen und Kraftlosen überhaupt: weil auf diese Art nicht allein die Gicht, sondern auch sehr üble Flüsse, das Hüft- und Lenden-Weh, der Zweywuchs, der Stein, die Gelb- und Wassersucht, Engbrüstigkeit, Unverdaulichkeit, und ein Haufen anderer Zufälle geheilet werden können; Ja es kann dieses auch sogar bey Krebs-Schäden geschehen, wenn sie nicht gar zu weit um sich gefressen. Denn der Krebs ist nichts anders, als der Ort, wo die Natur die bösen Feuchtigkeiten des Bluts hinlegt, welches aus seiner fast beständigen Rückkehr an einen andern Ort, nachdem man ihm an einem Orte weggeschnitten hat, zu ersehen ist. Eine jede andere langwierige Krankheit, die sich nicht

nach

nach diesem Heilungs-System curiren läßt, wird, wie ich gewiß glaube, auch durch kein anderes geheilet werden können. Und sollte es ja einen besondern Fall geben, in welchem ein glücklicher Zwang oder Zufall, dem Ansehn nach, auf eine Zeitlang geholfen hätte, so kann das Wiederkommen, oder die Verwandelung in was noch schlimmers auf keine Weise besser, als durch eine so vernünftige und natürliche Einrichtung unsrer Lebensart, verhindert und verhütet werden.

Auf solche Weise habe ich mich bemüht, die wirklichen Ursachen der langwierigen Krankheiten überhaupt, und die wahren Mittel zur Wiederherstellung zu der Gesundheit und zum langen Leben anzuzeigen. Habe ich etwas neues, oder etwas, das wider die bereits angenommenen Meinungen streitet, gesagt, so ist es aus einer völligen Ueberzeugung von der Wahrheit meiner Meinung geschehn, so gefährlich es auch immer für Ruhm und Glück seyn mag. Ich weiß zwar wohl, daß beydes leichter erlangt wird, wenn man sich nach der Welt richtet,

als wenn man sie zu bessern sich untersteht. Es muß aber jemand bey beyden eben so gleichgültig, als ich, seyn, wenn er es wagen will, solche Wahrheiten zu schreiben, die wahrscheinlicher Weise mehr ihrem Verfasser schaden, als den grossen Theil der Menschen gewinnen und überzeugen werden.

E N D E.

Cadogan, William

Abhandlung von der Gicht und allen langwierigen Krankheiten als Folgen von einerlei Ursachen betrachtet, nebst einem Vorschlag zu ihrer Heilung ; aus der zehnten englischen Ausgabe übersetzt

Frankfurt ; Leipzig 1772

Augsburg, Staats- und Stadtbibliothek -- Med 696
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11268150-4
VD18 12099937-003